

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| czwartek 2024-01-25                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Kiełbasa krakowska (50g) , Ogórek kiszony(50g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p>                                                                     | <p>Zupa żurek z ziemniakami(400ml) ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SO2,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Placki ziemniaczane (3 szt.-300g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Dip twarogowo-czosnkowy ( 80g ) ( <b>MLE,</b>), Kapusta czerwona zasmażana(150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b>), Musztarda (1szt-20g) , Papryka czerwona II(30g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Rogal maślany (1/2 szt. -50g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b>),</p>                                                                  |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2926.4 kcal; Białko ogółem: 110.23 g; białko zwierzęce: 68.16 g; Tłuszcz: 126 g; Węglowodany ogółem: 366.85 g; Błonnik pokarmowy: 33.14 g; Wapń: 1105.16 mg; Żelazo: 14.28 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1242.89 ug; Sód: 3757.81 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.28 g; Sacharoza: 24.19 g; Cholesterol: 478.14 mg; Procent energii z białka: 2.82 %; Procent energii z tłuszczu: 3.3 %; Procent energii z węglowodanów: 2.5 %;</p>        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| czwartek 2024-01-25                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE,</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p>                                                               | <p>Zupa ryżowa z kalafiem z zieloną pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Schab gotowany(65g) , Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kasza jęczmienna (180g) , Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p>     | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) ( <b>SEL,</b>), Ser żółty(30g) ( <b>MLE,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Rogal maślany (1/2 szt. -50g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b>),</p>                                                                                   |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2481.33 kcal; Białko ogółem: 115.85 g; białko zwierzęce: 75.45 g; Tłuszcz: 76.41 g; Węglowodany ogółem: 354.81 g; Błonnik pokarmowy: 27.96 g; Wapń: 1154.79 mg; Żelazo: 14.18 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2434.47 ug; Sód: 2182.01 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.13 g; Sacharoza: 26.95 g; Cholesterol: 432.66 mg; Procent energii z białka: 18.17 %; Procent energii z tłuszczu: 25.8 %; Procent energii z węglowodanów: 51.88 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| czwartek 2024-01-25                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE,</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p>                                           | <p>Zupa ryżowa z kalafiem z zieloną pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Schab gotowany(65g) , Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kasza jęczmienna (180g) , Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p>     | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) ( <b>SEL,</b>), Ser żółty(30g) ( <b>MLE,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2347.93 kcal; Białko ogółem: 112.74 g; białko zwierzęce: 73.21 g; Tłuszcz: 72.2 g; Węglowodany ogółem: 338.46 g; Błonnik pokarmowy: 33.62 g; Wapń: 1111.63 mg; Żelazo: 14.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2420.67 ug; Sód: 1837.5 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.32 g; Sacharoza: 24.65 g; Cholesterol: 449.36 mg; Procent energii z białka: 18.57 %; Procent energii z tłuszczu: 25.94 %; Procent energii z węglowodanów: 50.37 %;</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-01-25                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE,</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Pasta z białka jaja kurzego z zieloną pietruszką (80g) ( <b>JAJ,</b>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p>                                                                                                           | <p>Zupa ryżowa z zieloną pietruszką(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Schab gotowany(65g) , Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kasza jęczmienna (180g) , Szpinak gotowany(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p>                                                        | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) ( <b>SEL,</b>), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posilek nocny:</b><br/>Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Kefir(200g) ( <b>MLE,</b>),</p>                                                |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2206.63 kcal; Białko ogółem: 114.61 g; białko zwierzęce: 69.8 g; Tłuszcz: 45.36 g; Węglowodany ogółem: 355.52 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g; Wapń: 1003.61 mg; Żelazo: 12.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2071.01 ug; Sód: 2080.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.04 g; Sacharoza: 25.12 g; Cholesterol: 196.24 mg; Procent energii z białka: 19.08 %; Procent energii z tłuszczu: 17.87 %; Procent energii z węglowodanów: 57.35 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| czwartek 2024-01-25                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE,</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) ( <b>JAJ, MLE,</b>), Marchewka blanszowana ( 30 g) ,</p>                                           | <p>Zupa ryżowa z kalafiem z zieloną pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Schab gotowany(65g) , Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z mandarynką gotowaną słodzony(120ml/100g) ,</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) ( <b>SEL,</b>), Ser żółty(30g) ( <b>MLE,</b>), Dżem (25g) op ,</p> <p><b>Posilek nocny:</b><br/>Rogal maślany (1/2 szt. -50g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2923.64 kcal; Białko ogółem: 126.55 g; białko zwierzęce: 83.78 g; Tłuszcz: 84.96 g; Węglowodany ogółem: 436.51 g; Błonnik pokarmowy: 30.36 g; Wapń: 1488.91 mg; Żelazo: 14.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3043.68 ug; Sód: 2498.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.75 g; Sacharoza: 63.19 g; Cholesterol: 464.73 mg; Procent energii z białka: 1.01 %; Procent energii z tłuszczu: 1.32 %; Procent energii z węglowodanów: 4.27 %;</p>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| czwartek 2024-01-25                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE,</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) ( <b>JAJ, MLE,</b>), Marchewka blanszowana ( 30 g) ,</p>                                                     | <p>Zupa ryżowa z zieloną pietruszką(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Schab gotowany(65g) , Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Szpinak gotowany(150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel słodzony (150ml) ,</p>                                                                   | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) ( <b>SEL,</b>), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posilek nocny:</b><br/>Rogal maślany (1/2 szt. -50g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b>),</p>                  |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2473.29 kcal; Białko ogółem: 112.21 g; białko zwierzęce: 69.98 g; Tłuszcz: 73.66 g; Węglowodany ogółem: 360.44 g; Błonnik pokarmowy: 26.12 g; Wapń: 1104.88 mg; Żelazo: 13.61 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2932.9 ug; Sód: 2214.71 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.23 g; Sacharoza: 41.09 g; Cholesterol: 427.78 mg; Procent energii z białka: .15 %; Procent energii z tłuszczu: .15 %; Procent energii z węglowodanów: .75 %;</p>       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-01-25                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Kefir(200g) ( <b>MLE</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ</b>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p>                                                                                                   | <p>Zupa ryżowa z kalafiem z zieloną pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>), Schab gotowany(65g) , Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>), Kasza jęczmienna (180g) , Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU</b>, <b>SOJ</b>, <b>MLE</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p> | <p>Herbata (200ml) , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) ( <b>SEL</b>), Ser żółty(30g) ( <b>MLE</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Rogal maślany (1/2 szt. -50g) ( <b>GLU</b>, <b>JAJ</b>), Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b>),</p>                                                                                                         |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2405.84 kcal; Białko ogółem: 113.75 g; białko zwierzęce: 73.01 g; Tłuszcz: 72.77 g; Węglowodany ogółem: 344.54 g; Błonnik pokarmowy: 26.49 g; Wapń: 994.51 mg; Żelazo: 14.26 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2404.03 ug; Sód: 1916.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.69 g; Sacharoza: 25.22 g; Cholesterol: 410.62 mg; Procent energii z białka: 18.39 %; Procent energii z tłuszczu: 25.35 %; Procent energii z węglowodanów: 52.06 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| czwartek 2024-01-25                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>Kefir(200g) ( <b>MLE</b>), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>), Kielbasa krakowska (50g) , Ogórek kiszony(50g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ</b>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p>                                                                                                        | <p>Zupa ryżowa z kalafiem z zieloną pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>), Kompot z owoców (200ml) , Placki ziemniaczane (3 szt.-300g) ( <b>GLU</b>, <b>JAJ</b>), Dip twarogowo-czosnkowy ( 80g ) ( <b>MLE</b>), Kapusta czerwona zasmażana(150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p>                 | <p>Herbata (200ml) , Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ</b>), Musztarda (1szt-20g) , Papryka czerwona II(30g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Rogal maślany (1/2 szt. -50g) ( <b>GLU</b>, <b>JAJ</b>), Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b>),</p>                                                                                        |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2768.31 kcal; Białko ogółem: 105.99 g; białko zwierzęce: 65.27 g; Tłuszcz: 120.99 g; Węglowodany ogółem: 340.69 g; Błonnik pokarmowy: 30.88 g; Wapń: 934.47 mg; Żelazo: 13.81 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1220.09 ug; Sód: 3430.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.45 g; Sacharoza: 21.36 g; Cholesterol: 454.9 mg; Procent energii z białka: .55 %; Procent energii z tłuszczu: .15 %; Procent energii z węglowodanów: 3.82 %;</p>      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| czwartek 2024-01-25                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p>Kefir(200g) ( <b>MLE</b>), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ</b>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p>                                                                               | <p>Zupa ryżowa z kalafiem z zieloną pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>), Kompot z owoców (200ml) , Schab gotowany(65g) , Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>), Kasza jęczmienna (180g) , Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU</b>, <b>SOJ</b>, <b>MLE</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p> | <p>Herbata bez cukru(200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g)(2 porcje ) ( <b>GLU</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>), Pasta mięsno - jarzynowa (z udźca indyka)z zieloną pietruszką(70g) ( <b>SEL</b>), Ser żółty(30g) ( <b>MLE</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru ( 50g ) ( <b>GLU</b>, <b>JAJ</b>, <b>MLE</b>), Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2323.94 kcal; Białko ogółem: 111.66 g; białko zwierzęce: 70.36 g; Tłuszcz: 67.59 g; Węglowodany ogółem: 344.06 g; Błonnik pokarmowy: 34.25 g; Wapń: 944.01 mg; Żelazo: 15.25 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2381.03 ug; Sód: 1649.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.55 g; Sacharoza: 23.18 g; Cholesterol: 426.12 mg; Procent energii z białka: .82 %; Procent energii z tłuszczu: .45 %; Procent energii z węglowodanów: 6.62 %;</p>      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <div> <div>piątek 2024-01-26</div> <div>Jadłospis dla diety: Podstawowa</div> </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg półtłusty (50g) ( <b>MLE,</b>), Dżem (25g) op ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Pasta z kons.rybnej z cebulką i ziel.pietr. (80g) ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR,</b>), Roszponka (7g) ,</p>                                                      | <p>Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Schab w cieście(80g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Ziemniaki (220g) , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kiwi(1szt.-80g) ,</p>                                                        | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Ogonówka (70g) ( <b>SOJ,</b>), Sałata lodowa z żurawiną i sosem vinegret (30g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SO2,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Ser topiony(50g) ( <b>MLE,</b>), Pomidor(50g)(VII-X) ,</p>                       |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2648.79 kcal; Białko ogółem: 109.17 g; białko zwierzęce: 55.89 g; Tłuszcz: 107.12 g; Węglowodany ogółem: 340.51 g; Błonnik pokarmowy: 30.18 g; Wapń: 877.82 mg; Żelazo: 11.66 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2302.01 ug; Sód: 2119.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.66 g; Sacharoza: 24.41 g; Cholesterol: 297.25 mg; Procent energii z białka: 14.29 %; Procent energii z tłuszczu: 35.03 %; Procent energii z węglowodanów: 44.84 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <div> <div>piątek 2024-01-26</div> <div>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</div> </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Roszponka (7g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b>), Pomidor(50g)(VII-X) ,</p>                                                                                             | <p>Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Udo z kurczaka gotowane(200g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kiwi(1szt.-80g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Risotto z pieczarkami i schabem(200g) ( <b>GLU, SEL,</b>), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szyńka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Mus z jabłka (100g) ,</p>                                                         |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2730.4 kcal; Białko ogółem: 134.83 g; białko zwierzęce: 89.2 g; Tłuszcz: 88.81 g; Węglowodany ogółem: 375.13 g; Błonnik pokarmowy: 30.86 g; Wapń: 978.9 mg; Żelazo: 12.87 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2819.63 ug; Sód: 2190.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.04 g; Sacharoza: 16.49 g; Cholesterol: 460.29 mg; Procent energii z białka: 19.68 %; Procent energii z tłuszczu: 28.75 %; Procent energii z węglowodanów: 48.9 %;</p>      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <div> <div>piątek 2024-01-26</div> <div>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)</div> </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Roszponka (7g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b>), Pomidor(50g)(VII-X) ,</p>                                                                         | <p>Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Udo z kurczaka gotowane(200g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Ziemniaki (220g) , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kiwi(1szt.-80g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Risotto z pieczarkami i schabem(200g) ( <b>GLU, SEL,</b>), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szyńka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Mus z jabłka (100g) ,</p> |

## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2681.5 kcal; Białko ogółem: 135.42 g; białko zwierzęce: 87.46 g; Tłuszcz: 84.15 g; Węglowodany ogółem: 381.13 g; Błonnik pokarmowy: 39.42 g; Wapń: 945.24 mg; Żelazo: 14.66 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2782.83 ug; Sód: 2192.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.49 g; Sacharoza: 14.29 g; Cholesterol: 455.49 mg; Procent energii z białka: 20.01 %; Procent energii z tłuszczu: 27.7 %; Procent energii z węglowodanów: 48.99 %;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>piątek 2024-01-26</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b> ), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b> ), Roszponka (7g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Twaróg chudy (40g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Pomidor(50g)(VII-X) ,                                                                                                                                                          | Zupa rosół jarski z makaronem z pietruszką zieloną (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ), Kompot z owoców (200ml) , Udo z kurczaka gotowane bez skóry (1szt.-ok 200g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Ziemniaki (220g) , Marchew gotowana(150g) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kiwi(1szt.-80g) ,                       | Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b> ), Risotto ze schabem(200g) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Mus z jabłka (100g) ,                                                                                                                                             |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2211.75 kcal; Białko ogółem: 120.17 g; białko zwierzęce: 79.87 g; Tłuszcz: 38.59 g; Węglowodany ogółem: 369.6 g; Błonnik pokarmowy: 29.18 g; Wapń: 712.76 mg; Żelazo: 11.25 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4115.25 ug; Sód: 2257.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.63 g; Sacharoza: 16.99 g; Cholesterol: 289.04 mg; Procent energii z białka: 21.75 %; Procent energii z tłuszczu: 15.26 %; Procent energii z węglowodanów: 59.74 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>piątek 2024-01-26</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Herbata (200ml) , Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Pasta z polędwicy drobiowej z zieloną pietruszką (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b> ), Pomidor(50g)(XI-VI) pieczony ,                                                      | Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ), Kompot z owoców (200ml) , Udo z kurczaka gotowane(200g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Ziemniaki (220g) , Marchew z groszkiem na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>Mus z kiwi gotowanego (80g) ,     | Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Risotto z pieczarkami i schabem(200g) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Sos pomidorowy z bazylią (80ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Mus z jabłka (100g) , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2921.68 kcal; Białko ogółem: 143.06 g; białko zwierzęce: 96.91 g; Tłuszcz: 96.64 g; Węglowodany ogółem: 397.42 g; Błonnik pokarmowy: 31.45 g; Wapń: 1281.74 mg; Żelazo: 13.15 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2750.17 ug; Sód: 2256.14 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.32 g; Sacharoza: 16.52 g; Cholesterol: 490.92 mg; Procent energii z białka: .62 %; Procent energii z tłuszczu: .79 %; Procent energii z węglowodanów: 3.36 %;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>piątek 2024-01-26</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b> ), Roszponka (7g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Twaróg chudy z ziel.koperkiem(40g) ( <b>MLE,</b> ),                                                                                            | Zupa rosół jarski z makaronem z pietruszką zieloną (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ), Udo z kurczaka gotowane bez skóry (1szt.-ok 200g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Ziemniaki (220g) , Marchew gotowana(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Budyń bez cukru(150ml) ( <b>MLE,</b> ), | Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ), Risotto ze schabem(200g) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Sos z oregano (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Mus z jabłka (100g) ,                                                                                                                                        |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2498.46 kcal; Białko ogółem: 122.82 g; białko zwierzęce: 84.14 g; Tłuszcz: 66.33 g; Węglowodany ogółem: 374.74 g; Błonnik pokarmowy: 26.72 g; Wapń: 851.59 mg; Żelazo: 10.77 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4279.7 ug; Sód: 2304.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.04 g; Sacharoza: 22.71 g; Cholesterol: 379.79 mg; Procent energii z białka: 19.63 %; Procent energii z tłuszczu: 23.36 %; Procent energii z węglowodanów: 54.1 %;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2024-01-26                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ),<br>Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2</b> ),<br>Roszponka (7g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ),<br>Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE</b> ),<br>Pomidor(50g)(VII-X) ,                                                                                  | Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ),<br>Udo z kurczaka gotowane(200g) ,<br>Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Ziemniaki (220g) ,<br>Marchew z groszkiem na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kiwi(1szt.-80g) , | Herbata (200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ),<br>Risotto z pieczarkami i schabem(200g) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Sos pomidorowy z bazylią (80ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ),<br>Szyunka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ),<br>Mus z jabłka (100g) ,                                                        |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2574.16 kcal; Białko ogółem: 131.14 g; białko zwierzęce: 88.12 g; Tłuszcz: 85.36 g; Węglowodany ogółem: 345.39 g; Błonnik pokarmowy: 30.11 g; Wapń: 897.52 mg; Żelazo: 12.46 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2776.79 ug; Sód: 2174.63 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.61 g; Sacharoza: 18.26 g; Cholesterol: 435.45 mg; Procent energii z białka: 20.28 %; Procent energii z tłuszczu: 28.77 %; Procent energii z węglowodanów: 48.07 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| piątek 2024-01-26                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ),<br>Twaróg półtłusty (50g) ( <b>MLE</b> ),<br>Dżem (25g) op ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ),<br>Pasta z kons.rybnej z cebulką i ziel.pietr. (80g) ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR</b> ),<br>Roszponka (7g) ,                                           | Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ),<br>Schab w cieście(80g) ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),<br>Ziemniaki (220g) ,<br>Marchew z groszkiem na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kiwi(1szt.-80g) ,                                                           | Herbata (200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ),<br>Ogonówka (70g) ( <b>SOJ</b> ),<br>Sałata lodowa z żurawiną i sosem vinegret (30g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SO2</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ),<br>Ser topiony(50g) ( <b>MLE</b> ),<br>Pomidor(50g)(VII-X) ,                    |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2579.35 kcal; Białko ogółem: 107.61 g; białko zwierzęce: 54.84 g; Tłuszcz: 104.12 g; Węglowodany ogółem: 330.47 g; Błonnik pokarmowy: 30.9 g; Wapń: 802.39 mg; Żelazo: 11.67 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2259.17 ug; Sód: 2240.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.33 g; Sacharoza: 26.67 g; Cholesterol: 272.41 mg; Procent energii z białka: .9 %; Procent energii z tłuszczu: 1.13 %; Procent energii z węglowodanów: 6.13 %;      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| piątek 2024-01-26                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ),<br>Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2</b> ),<br>Roszponka (7g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ),<br>Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE</b> ),<br>Pomidor(50g)(VII-X) ,                                                              | Zupa rosół z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ),<br>Udo z kurczaka gotowane(200g) ,<br>Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Ziemniaki (220g) ,<br>Marchew z groszkiem na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kiwi(1szt.-80g) , | Herbata (200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ),<br>Risotto z pieczarkami i schabem(200g) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Sos pomidorowy z bazylią (80ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ),<br>Szyunka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ),<br>Mus z jabłka (100g) , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2611.96 kcal; Białko ogółem: 133.85 g; białko zwierzęce: 86.41 g; Tłuszcz: 81.15 g; Węglowodany ogółem: 371.07 g; Błonnik pokarmowy: 40.14 g; Wapń: 869.37 mg; Żelazo: 14.66 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2739.99 ug; Sód: 2312.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.16 g; Sacharoza: 16.55 g; Cholesterol: 430.65 mg; Procent energii z białka: .88 %; Procent energii z tłuszczu: .6 %; Procent energii z węglowodanów: 5.89 %;       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| sobota 2024-01-27                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b>), Papryka czerwona II(30g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Roszponka (7g) ,</p>                                                              | <p>Zupa pejszanka z ziemniakami,kapustą,kukurydzą i pietruszką nać mrożoną(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Pulpet wieprzowy z łopatki(60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos pieczarkowy(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kasza gryczana (180g) , Ćwikła (150g) ( <b>MLE,</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Bułka drożdżowa (50g) ( <b>GLU,</b>),</p>                                                                                                                                                                   |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2948.79 kcal; Białko ogółem: 124.96 g; białko zwierzęce: 77.02 g; Tłuszcz: 120.17 g; Węglowodany ogółem: 376.82 g; Błonnik pokarmowy: 37.14 g; Wapń: 770.5 mg; Żelazo: 18.9 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3057.96 ug; Sód: 1872.94 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.81 g; Sacharoza: 47.19 g; Cholesterol: 696.04 mg; Procent energii z białka: 16.19 %; Procent energii z tłuszczu: 35.12 %; Procent energii z węglowodanów: 44.15 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| sobota 2024-01-27                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica sopocka ( 50g ) , Marchewka - słupki (30g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Roszponka (7g) ,</p>                                                                                                        | <p>Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Polędwica wieprzowa duszona(70g) , Sos pieczarkowy(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków z ananasem (150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p>                                       | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b>), Ser żółty(20g) ( <b>MLE,</b>), Sałata zielona II (10g) , Ketchup(1szt.-20g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Bułka drożdżowa (50g) ( <b>GLU,</b>),</p>                                                                                                                                                      |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2760.33 kcal; Białko ogółem: 101.79 g; białko zwierzęce: 62.81 g; Tłuszcz: 102.41 g; Węglowodany ogółem: 379.11 g; Błonnik pokarmowy: 23.84 g; Wapń: 729.7 mg; Żelazo: 16.58 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1898.51 ug; Sód: 3115.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.01 g; Sacharoza: 49.83 g; Cholesterol: 507.34 mg; Procent energii z białka: 14.03 %; Procent energii z tłuszczu: 32.09 %; Procent energii z węglowodanów: 50 %;</p>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| sobota 2024-01-27                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica sopocka ( 50g ) , Marchewka - słupki (30g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Roszponka (7g) ,</p>                                                                                    | <p>Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Polędwica wieprzowa duszona(70g) , Sos pieczarkowy(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków z ananasem (150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p>                                      | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b>), Ser żółty(20g) ( <b>MLE,</b>), Sałata zielona II (10g) , Ketchup(1szt.-20g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b>), Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka(1szt.-55g) ( <b>GLU, SEL,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2363.29 kcal; Białko ogółem: 108.15 g; białko zwierzęce: 73.54 g; Tłuszcz: 82.96 g; Węglowodany ogółem: 323.46 g; Błonnik pokarmowy: 31.78 g; Wapń: 998 mg; Żelazo: 17.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1868.05 ug; Sód: 3131.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.64 g; Sacharoza: 27.76 g; Cholesterol: 485.69 mg; Procent energii z białka: 17.39 %; Procent energii z tłuszczu: 29.53 %; Procent energii z węglowodanów: 47.85 %;</p>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| sobota 2024-01-27                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |





## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-01-27                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny (150g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Polędwica sopocka ( 50g ) ,<br>Marchewka - słupki (30g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b> ),<br>Roszponka (7g) ,                                                                                             | Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) , Polędwica wieprzowa duszona(70g) , Sos pieczarkowy(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków z ananasem (150g) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Banan (1/2 szt.-100g) ,                                      | Herbata (200ml) , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b> ), Ser żółty(20g) ( <b>MLE,</b> ), Sałata zielona II (10g) ,<br>Ketchup(1szt.-20g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Bułka drożdżowa (50g) ( <b>GLU,</b> ),                                                                                                                                                          |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2707.19 kcal; Białko ogółem: 100.5 g; białko zwierzęce: 60.77 g; Tłuszcz: 100.09 g; Węglowodany ogółem: 371.03 g; Błonnik pokarmowy: 23.96 g; Wapń: 618.22 mg; Żelazo: 16.65 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1860.07 ug; Sód: 3274.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.48 g; Sacharoza: 51.99 g; Cholesterol: 481.3 mg; Procent energii z białka: 1.08 %; Procent energii z tłuszczu: 1.62 %; Procent energii z węglowodanów: 7.3 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| sobota 2024-01-27                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Jogurt naturalny (150g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), Papryka czerwona II(30g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b> ),<br>Roszponka (7g) ,                                                           | Zupa pejszanka z ziemniakami,kapustą,kukurydzą i pietruszką nać mrożoną(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Kompot z owoców (200ml) ,<br>Pulpet wieprzowy z łopatki(60g) ( <b>GLU, JAJ,</b> ), Sos pieczarkowy(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Kasza gryczana (180g) , Cwikła (150g) ( <b>MLE,</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>Banan (1/2 szt.-100g) , | Herbata (200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Bułka drożdżowa (50g) ( <b>GLU,</b> ),                                                                                                                                                                          |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2860.45 kcal; Białko ogółem: 122.56 g; białko zwierzęce: 74.53 g; Tłuszcz: 116.42 g; Węglowodany ogółem: 364.92 g; Błonnik pokarmowy: 37.89 g; Wapń: 646.17 mg; Żelazo: 18.91 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3010.32 ug; Sód: 1974.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.85 g; Sacharoza: 49.12 g; Cholesterol: 668.8 mg; Procent energii z białka: .85 %; Procent energii z tłuszczu: .8 %; Procent energii z węglowodanów: 5.52 %;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| sobota 2024-01-27                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Polędwica sopocka ( 50g ) , Marchewka - słupki (30g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b> ),<br>Roszponka (7g) ,                                                                         | Zupa pejszanka z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) , Polędwica wieprzowa duszona(70g) , Sos pieczarkowy(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków z ananasem (150g) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Jabłko (1szt.-ok.130g) ,                                     | Herbata bez cukru(200ml) , Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b> ), Ser żółty(20g) ( <b>MLE,</b> ), Sałata zielona II (10g) , Ketchup(1szt.-20g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ), Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka(1szt.-55g) ( <b>GLU, SEL,</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2294.95 kcal; Białko ogółem: 107.18 g; białko zwierzęce: 72.49 g; Tłuszcz: 80.14 g; Węglowodany ogółem: 312.74 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g; Wapń: 924.23 mg; Żelazo: 18.01 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1825.21 ug; Sód: 3250.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.31 g; Sacharoza: 29.99 g; Cholesterol: 460.85 mg; Procent energii z białka: .6 %; Procent energii z tłuszczu: .27 %; Procent energii z węglowodanów: 4.62 %;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| niedziela 2024-01-28 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Podstawowa</span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE</b>,), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Ser żółty(60g) ( <b>MLE</b>,), Ogórek kiszony(50g)</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL</b>,), Pomidor(50g)(VII-X)</p>                                                                          | <p>Zupa grochowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</b>,), Kompot z owoców (200ml) , Wołowina duszona w sosie własnym z cebulką (50g/80ml) ( <b>GLU</b>,), Kasza jaglana (180g) , Surówka z marchewki i chrzanu (150g) ( <b>MLE</b>,),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE</b>,), Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b>,), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>,), Szynka konserwowa (70g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b>,), Dżem (25g) op , Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Skyr owocowy (350g) ( <b>MLE</b>,), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE</b>,),</p>         |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2413.76 kcal; Białko ogółem: 122.04 g; białko zwierzęce: 71.27 g; Tłuszcz: 62.33 g; Węglowodany ogółem: 373.81 g; Błonnik pokarmowy: 38.33 g; Wapń: 708.69 mg; Żelazo: 17.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3770.48 ug; Sód: 2768.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.89 g; Sacharoza: 32.67 g; Cholesterol: 231.64 mg; Procent energii z białka: 19.36 %; Procent energii z tłuszczu: 22.31 %; Procent energii z węglowodanów: 53.41 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| niedziela 2024-01-28 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE</b>,), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>,), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL</b>,), Pomidor(50g)(VII-X) ,</p>                                            | <p>Zupa koperkowa z ryżem(400ml) ( <b>GLU, SEL</b>,), Kompot z owoców (200ml) , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) ( <b>GLU</b>,), Kasza jaglana (180g) , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p>                                                                  | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE</b>,), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>,), Szynka konserwowa (70g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b>,), Dżem (25g) op , Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Skyr owocowy (350g) ( <b>MLE</b>,), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE</b>,),</p>                                                             |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2418.6 kcal; Białko ogółem: 105.42 g; białko zwierzęce: 67.81 g; Tłuszcz: 72.78 g; Węglowodany ogółem: 348.02 g; Błonnik pokarmowy: 23.64 g; Wapń: 630.16 mg; Żelazo: 14.13 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1635.34 ug; Sód: 2603.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.01 g; Sacharoza: 33.91 g; Cholesterol: 300.24 mg; Procent energii z białka: 16.42 %; Procent energii z tłuszczu: 26.13 %; Procent energii z węglowodanów: 51.44 %;</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| niedziela 2024-01-28 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)</span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE</b>,), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>,), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL</b>,), Pomidor(50g)(VII-X)</p>                                   | <p>Zupa koperkowa z ryżem(400ml) ( <b>GLU, SEL</b>,), Kompot z owoców (200ml) , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) ( <b>GLU</b>,), Kasza jaglana (180g) , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p>                                                                  | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE</b>,), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>,), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>,), Szynka konserwowa (70g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b>,), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Skyr naturalny (350g) ( <b>MLE</b>,), Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka(1szt.-55g) ( <b>GLU, SEL</b>,),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2287.06 kcal; Białko ogółem: 117.26 g; białko zwierzęce: 74.45 g; Tłuszcz: 68.83 g; Węglowodany ogółem: 320.79 g; Błonnik pokarmowy: 31.05 g; Wapń: 842.07 mg; Żelazo: 16.07 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1804.63 ug; Sód: 2617.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.73 g; Sacharoza: 14.93 g; Cholesterol: 314.19 mg; Procent energii z białka: 19.21 %; Procent energii z tłuszczu: 26.03 %; Procent energii z węglowodanów: 47.63 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-01-28                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b>), Pomidor(50g)(VII-X)</p>                                                                                                                           | <p>Zupa koperkowa z ryżem(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) ( <b>GLU,</b>), Kasza jaglana (180g) , Sałatka z selera z marchewką blanszowana(150g) ( <b>SEL,</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z pomarańczą słodzony(150g/50g)</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Szynka konserwowa (70g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b>), Dżem (25g) op , Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Skyr naturalny (350g) ( <b>MLE,</b>), Brzoskwinia z puszki (45g) ,</p>                                                                                                                        |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2183.97 kcal; Białko ogółem: 117.18 g; białko zwierzęce: 75.14 g; Tłuszcz: 37.64 g; Węglowodany ogółem: 364.8 g; Błonnik pokarmowy: 26 g; Wapń: 873.51 mg; Żelazo: 13.68 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1579.24 ug; Sód: 2912.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.06 g; Sacharoza: 49.42 g; Cholesterol: 178.34 mg; Procent energii z białka: 20.62 %; Procent energii z tłuszczu: 14.67 %; Procent energii z węglowodanów: 60.13 %;</p>     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| niedziela 2024-01-28                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b>), Pomidor(50g)(XI-VI) pieczony ,</p>                         | <p>Zupa koperkowa z ryżem(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) ( <b>GLU,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z pomarańczą słodzony(150g/50g)</p>                           | <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Pasta z szynki konserwowej z pietr. zieloną (70g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b>), Dżem (25g) op ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Skyr owocowy (350g) ( <b>MLE,</b>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2587.25 kcal; Białko ogółem: 109.6 g; białko zwierzęce: 75.52 g; Tłuszcz: 78.23 g; Węglowodany ogółem: 374.69 g; Błonnik pokarmowy: 24.95 g; Wapń: 924.76 mg; Żelazo: 11.55 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1701.16 ug; Sód: 2696.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.78 g; Sacharoza: 48.14 g; Cholesterol: 330.87 mg; Procent energii z białka: 16.39 %; Procent energii z tłuszczu: 26.37 %; Procent energii z węglowodanów: 54.37 %;</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| niedziela 2024-01-28                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p>                                                | <p>Zupa koperkowa z ryżem(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) ( <b>GLU,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z selera z marchewką blanszowana(150g) ( <b>SEL,</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel słodzony do picia (250ml) ,</p>         | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Pasta z szynki konserwowej z pietr. zieloną (70g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Skyr owocowy (350g) ( <b>MLE,</b>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p>                                              |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2268.19 kcal; Białko ogółem: 104.17 g; białko zwierzęce: 71.61 g; Tłuszcz: 62.01 g; Węglowodany ogółem: 344.27 g; Błonnik pokarmowy: 25.81 g; Wapń: 618.47 mg; Żelazo: 10.19 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1739.73 ug; Sód: 2842.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.28 g; Sacharoza: 45.32 g; Cholesterol: 252.74 mg; Procent energii z białka: 17.64 %; Procent energii z tłuszczu: 23.59 %; Procent energii z węglowodanów: 54.41 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-01-28                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b>),<br/>Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>),<br/>Paszтет drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU</b>),<br/>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL</b>), Pomidor(50g)(VII-X) ,</p>                                         | <p>Zupa koperkowa z ryżem(400ml) ( <b>GLU, SEL</b>), Kompot z owoców (200ml) , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) ( <b>GLU</b>), Kasza jaglana (180g) , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p>                                                                 | <p>Herbata (200ml) , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>), Szynka konserwowa (70g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b>), Dżem (25g) op , Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Skyr owocowy (350g) ( <b>MLE</b>),<br/>Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE</b>),</p>                                                                     |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2361.71 kcal; Białko ogółem: 105.16 g; białko zwierzęce: 67.21 g; Tłuszcz: 70.72 g; Węglowodany ogółem: 335.55 g; Błonnik pokarmowy: 22.17 g; Wapń: 569.88 mg; Żelazo: 14.19 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1601.7 ug; Sód: 2375.3 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.97 g; Sacharoza: 33.98 g; Cholesterol: 276.6 mg; Procent energii z białka: 1.28 %; Procent energii z tłuszczu: 1.61 %; Procent energii z węglowodanów: 8.35 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| niedziela 2024-01-28                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b>),<br/>Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>), Ser żółty(60g) ( <b>MLE</b>), Ogórek kiszony(50g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>),<br/>Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL</b>), Pomidor(50g)(VII-X) ,</p>                                                                       | <p>Zupa grochowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</b>), Kompot z owoców (200ml) , Wołowina duszona w sosie własnym z cebulką (50g/80ml) ( <b>GLU</b>), Kasza jaglana (180g) , Surówka z marchewki i chrzanu (150g) ( <b>MLE</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p> | <p>Herbata (200ml) , Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>), Szynka konserwowa (70g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b>), Dżem (25g) op , Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Skyr owocowy (350g) ( <b>MLE</b>),<br/>Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE</b>),</p>                  |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2321.67 kcal; Białko ogółem: 120.67 g; białko zwierzęce: 70.22 g; Tłuszcz: 58.84 g; Węglowodany ogółem: 357.52 g; Błonnik pokarmowy: 37.49 g; Wapń: 635.56 mg; Żelazo: 17.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3727.64 ug; Sód: 2481.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.42 g; Sacharoza: 32.51 g; Cholesterol: 206.8 mg; Procent energii z białka: .9 %; Procent energii z tłuszczu: .49 %; Procent energii z węglowodanów: 6.83 %;</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| niedziela 2024-01-28                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b>),<br/>Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>), Paszтет drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>),<br/>Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL</b>), Pomidor(50g)(VII-X) ,</p>                                  | <p>Zupa koperkowa z ryżem(400ml) ( <b>GLU, SEL</b>), Kompot z owoców (200ml) , Gulasz wołowy w sosie pietruszkowym (50g/80ml) ( <b>GLU</b>), Kasza jaglana (180g) , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p>                                                                 | <p>Herbata bez cukru(200ml) , Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>), Szynka konserwowa (70g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Skyr naturalny (350g) ( <b>MLE</b>),<br/>Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka(1szt.-55g) ( <b>GLU, SEL</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2194.97 kcal; Białko ogółem: 115.89 g; białko zwierzęce: 73.4 g; Tłuszcz: 65.34 g; Węglowodany ogółem: 304.5 g; Błonnik pokarmowy: 30.21 g; Wapń: 768.94 mg; Żelazo: 16.07 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1761.79 ug; Sód: 2331.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.26 g; Sacharoza: 14.77 g; Cholesterol: 289.35 mg; Procent energii z białka: .92 %; Procent energii z tłuszczu: .53 %; Procent energii z węglowodanów: 7.11 %;</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| poniedziałek 2024-01-29                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg półtłusty (60g) ( <b>MLE,</b>), Rzodkiewka (50g-4szt.) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica sopocka ( 30g ) , Ogórek świeży (II) (50g) ,</p>                                                                               | <p>Zupa szpinakowa z kiszoną kapustą i pietruszką nać(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Kotlet z karkówki panierowany (105g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Ziemniaki (220g) , Buraczki oprószone ( 150 g ) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p>                                         | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b>), Mozzarella (30g) ( <b>MLE,</b>), Brukselka gotowana (80g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Ciasto drożdżowe z kruszonką ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p>                                         |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2917.42 kcal; Białko ogółem: 106.65 g; białko zwierzęce: 60.72 g; Tłuszcz: 132.78 g; Węglowodany ogółem: 360.23 g; Błonnik pokarmowy: 38.22 g; Wapń: 1076.52 mg; Żelazo: 17.93 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1329.58 ug; Sód: 2719.94 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.85 g; Sacharoza: 28.81 g; Cholesterol: 304.06 mg; Procent energii z białka: .05 %; Procent energii z tłuszczu: .06 %; Procent energii z węglowodanów: .17 %;</p>    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| poniedziałek 2024-01-29                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Sałata zielona(10g) ,</p>                                                | <p>Zupa selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Zrazik mielony z udźca indyka (60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Buraczki oprószone ( 150 g ) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p> | <p>Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b>), Mozzarella (30g) ( <b>MLE,</b>), Roszponka (7g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Ciasto drożdżowe z kruszonką ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p>                                                                       |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2337.14 kcal; Białko ogółem: 113.36 g; białko zwierzęce: 73.35 g; Tłuszcz: 73.85 g; Węglowodany ogółem: 326.46 g; Błonnik pokarmowy: 25.62 g; Wapń: 954.49 mg; Żelazo: 14.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1624.5 ug; Sód: 1948.99 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.72 g; Sacharoza: 30.98 g; Cholesterol: 502.66 mg; Procent energii z białka: 17.25 %; Procent energii z tłuszczu: 24.91 %; Procent energii z węglowodanów: 49.39 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| poniedziałek 2024-01-29                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Sałata zielona(10g) ,</p>                            | <p>Zupa selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Zrazik mielony z udźca indyka (60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Ziemniaki (220g) , Buraczki oprószone ( 150 g ) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c (250ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b>), Mozzarella (30g) ( <b>MLE,</b>), Roszponka (7g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2222.24 kcal; Białko ogółem: 110.65 g; białko zwierzęce: 70.36 g; Tłuszcz: 68.59 g; Węglowodany ogółem: 316.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.43 g; Wapń: 909.83 mg; Żelazo: 15.51 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1587.7 ug; Sód: 1733.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30 g; Sacharoza: 28.63 g; Cholesterol: 497.86 mg; Procent energii z białka: 17.56 %; Procent energii z tłuszczu: 24.39 %; Procent energii z węglowodanów: 48.33 %;</p>    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| poniedziałek 2024-01-29                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |



## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-01-29                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ),<br>Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ</b> ),<br>Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ),<br>Sałata zielona(10g) ,                                             | Zupa selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) , Zrazik mielony z udźca indyka (60g) ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Ziemniaki (220g) , Buraczki oprószone ( 150 g ) ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) , | Herbata (200ml) , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ),<br>Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</b> ),<br>Mozarella (30g) ( <b>MLE</b> ),<br>Roszponka (7g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Ciasto drożdżowe z kruszonką ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),                                                                               |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2297.5 kcal; Białko ogółem: 111.95 g; białko zwierzęce: 72.75 g; Tłuszcz: 70.51 g; Węglowodany ogółem: 322.46 g; Błonnik pokarmowy: 24.39 g; Wapń: 880.81 mg; Żelazo: 13.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1590.86 ug; Sód: 2127.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.49 g; Sacharoza: 33.23 g; Cholesterol: 479.02 mg; Procent energii z białka: 1.29 %; Procent energii z tłuszczu: 1.62 %; Procent energii z węglowodanów: 8.5 %;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| poniedziałek 2024-01-29                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ),<br>Twaróg półtłusty (60g) ( <b>MLE</b> ),<br>Rzodkiewka (50g-4szt.) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ),<br>Połędwica sopocka ( 30g ) , Ogórek świeży (II) (50g) ,                                                                            | Zupa szpinakowa z kiszoną kapustą i pietruszką nać(400ml) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) , Kotlet z karkówki panierowany (105g) ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>Ziemniaki (220g) , Buraczki oprószone ( 150 g ) ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,                                            | Herbata bez cukru(200ml) , Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ),<br>Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ</b> ),<br>Mozarella (30g) ( <b>MLE</b> ),<br>Brukselka gotowana (80g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Ciasto drożdżowe z kruszonką ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),                                     |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2842.58 kcal; Białko ogółem: 104.13 g; białko zwierzęce: 59.67 g; Tłuszcz: 128.01 g; Węglowodany ogółem: 352.41 g; Błonnik pokarmowy: 37.62 g; Wapń: 989.99 mg; Żelazo: 17.04 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1286.74 ug; Sód: 2840.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.19 g; Sacharoza: 30.83 g; Cholesterol: 279.22 mg; Procent energii z białka: .61 %; Procent energii z tłuszczu: .31 %; Procent energii z węglowodanów: 5.19 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| poniedziałek 2024-01-29                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ),<br>Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ</b> ),<br>Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ),<br>Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ),<br>Sałata zielona(10g) ,                      | Zupa selerowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) , Zrazik mielony z udźca indyka (60g) ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>Sos potrawkowy (80ml) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Ziemniaki (220g) , Buraczki oprószone ( 150 g ) ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) , | Herbata bez cukru(200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ),<br>Galareta z kurczaka z warzywami w paski(200g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</b> ),<br>Mozarella (30g) ( <b>MLE</b> ),<br>Roszponka (7g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Ciasto drożdżowe bez kruszonki i bez cukru ( 50g ) ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2147.3 kcal; Białko ogółem: 108.12 g; białko zwierzęce: 69.31 g; Tłuszcz: 63.82 g; Węglowodany ogółem: 308.92 g; Błonnik pokarmowy: 30.83 g; Wapń: 822.86 mg; Żelazo: 14.61 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1544.86 ug; Sód: 1853.62 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.34 g; Sacharoza: 30.65 g; Cholesterol: 473.02 mg; Procent energii z białka: .9 %; Procent energii z tłuszczu: .49 %; Procent energii z węglowodanów: 7.16 %;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| wtorek 2024-01-30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Kielbasa szynkowa wieprzowa (50g) , Ogórek kiszony(50g)</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b>), Marchewka (30g) ,</p>                                                                                | <p>Zupa brokułowa z talarkami marchewki pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Pieczeń rzymska z łopatki (60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos czosnkowy(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Makaron pełnoziarnisty (180g) , Sałatka z fasolki szparagowej z olejem(150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Sałatka żydowska z jajem(150g) ( <b>JAJ, MLE,</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p>                                                                                                      |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2558.73 kcal; Białko ogółem: 99.13 g; białko zwierzęce: 52.95 g; Tłuszcz: 95.62 g; Węglowodany ogółem: 358.27 g; Błonnik pokarmowy: 37.2 g; Wapń: 942.61 mg; Żelazo: 16.59 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2863.23 ug; Sód: 2981.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.79 g; Sacharoza: 27.24 g; Cholesterol: 500.34 mg; Procent energii z białka: .14 %; Procent energii z tłuszczu: .2 %; Procent energii z węglowodanów: .33 %;</p>           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| wtorek 2024-01-30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z kurczaka (50g) , Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b>), Marchewka (30g) ,</p>                                                                                                | <p>Zupa brokułowa z talarkami marchewki pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) ,</p>                                         | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Pomidor(50g)(VII-X) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p>                                                                                                                                                             |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2391.8 kcal; Białko ogółem: 121.86 g; białko zwierzęce: 83 g; Tłuszcz: 70.76 g; Węglowodany ogółem: 339.39 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g; Wapń: 1040.44 mg; Żelazo: 15.9 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3788.12 ug; Sód: 2613.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.44 g; Sacharoza: 31.95 g; Cholesterol: 368.66 mg; Procent energii z białka: 20.38 %; Procent energii z tłuszczu: 26.14 %; Procent energii z węglowodanów: 50.62 %;</p>      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| wtorek 2024-01-30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z kurczaka (50g) , Jabłko (1szt.-ok.130g)</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b>), Marchewka (30g) ,</p>                                                                              | <p>Zupa brokułowa z talarkami marchewki pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z truskawkami mrożonymi bez cukru(150ml/20g) ,</p>                                         | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Pomidor(50g)(VII-X) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b>), Kanapka z pastą mięsną z mięsa z kurczaka z zieloną pietruszką ( 1 szt.-55g ) ( <b>GLU,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2386.66 kcal; Białko ogółem: 132.86 g; białko zwierzęce: 93.78 g; Tłuszcz: 74.67 g; Węglowodany ogółem: 323.31 g; Błonnik pokarmowy: 33.28 g; Wapń: 1115.09 mg; Żelazo: 17.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3777.66 ug; Sód: 2581.08 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.64 g; Sacharoza: 22.89 g; Cholesterol: 406.76 mg; Procent energii z białka: 22.16 %; Procent energii z tłuszczu: 26.97 %; Procent energii z węglowodanów: 47.28 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| wtorek 2024-01-30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |



## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (250ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Szynka z kurczaka (50g) , Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Pasta z mięsa z kurczaka z koperkiem 60g , Marchewka (30g) ,</p>                                                                                                                                                | <p>Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) ,</p>                   | <p>Herbata (250ml) , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Pomidor(50g)(XI-VI) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p>                                                                                                    |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2211.66 kcal; Białko ogółem: 131.32 g; białko zwierzęce: 95.38 g; Tłuszcz: 48.89 g; Węglowodany ogółem: 330.9 g; Błonnik pokarmowy: 24.48 g; Wapń: 968.92 mg; Żelazo: 14.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2374.32 ug; Sód: 2362.5 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.43 g; Sacharoza: 31.29 g; Cholesterol: 295.26 mg; Procent energii z białka: 23.85 %; Procent energii z tłuszczu: 19.45 %; Procent energii z węglowodanów: 53.59 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p style="text-align: center;"><b>wtorek 2024-01-30</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (250ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z kurczaka (50g) , Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b>), Marchewka blanszowana ( 30 g) ,</p>                             | <p>Zupa brokułowa z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) ,</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (250ml) , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Pomidor(50g)(XI-VI) pieczony ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2583.73 kcal; Białko ogółem: 130.14 g; białko zwierzęce: 90.71 g; Tłuszcz: 78.61 g; Węglowodany ogółem: 361.75 g; Błonnik pokarmowy: 27.2 g; Wapń: 1342.08 mg; Żelazo: 16.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3851.05 ug; Sód: 2678.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.72 g; Sacharoza: 31.98 g; Cholesterol: 399.29 mg; Procent energii z białka: .52 %; Procent energii z tłuszczu: .67 %; Procent energii z węglowodanów: 3.55 %;</p>    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p style="text-align: center;"><b>wtorek 2024-01-30</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (250ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z kurczaka (50g) , Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b>), Marchewka blanszowana ( 30 g) ,</p>                                       | <p>Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel słodzony (150ml) ,</p>                                               | <p>Herbata (250ml) , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Sałata zielona II (30g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p>                                                             |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2381.05 kcal; Białko ogółem: 119.7 g; białko zwierzęce: 83 g; Tłuszcz: 70.34 g; Węglowodany ogółem: 336.94 g; Błonnik pokarmowy: 23.86 g; Wapń: 1003.39 mg; Żelazo: 15.11 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3251.42 ug; Sód: 2587.51 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.38 g; Sacharoza: 36.02 g; Cholesterol: 368.66 mg; Procent energii z białka: 1.37 %; Procent energii z tłuszczu: 2.83 %; Procent energii z węglowodanów: 1.14 %;</p>     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

## Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-01-30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ), Szynka z kurczaka (50g) , Jabłko (1szt.-ok.130g) , Herbata (200ml) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Marchewka (30g) ,                                                                                         | Zupa brokułowa z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) , Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) ( <b>GLU, SEL</b> ), Ziemniaki (220g) , Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) ,                                            | Herbata (200ml) , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2</b> ), Pomidor(50g)(VII-X) ,<br><b>Posilek nocny:</b><br>Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE</b> ),                                                                                                                                                                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2358.76 kcal; Białko ogółem: 122.01 g; białko zwierzęce: 82.4 g; Tłuszcz: 69.37 g; Węglowodany ogółem: 332.51 g; Błonnik pokarmowy: 26.81 g; Wapń: 979.96 mg; Żelazo: 16 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3754.48 ug; Sód: 2791.84 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.54 g; Sacharoza: 34.41 g; Cholesterol: 345.02 mg; Procent energii z białka: 1.3 %; Procent energii z tłuszczu: 1.63 %; Procent energii z węglowodanów: 8.28 %;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| wtorek 2024-01-30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ), Kielbasa szynkowa wieprzowa (50g) , Ogórek kiszony(50g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Marchewka (30g) ,                                                                          | Zupa brokułowa z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) , Pieczeń rzymska z łopatki (60g) ( <b>GLU, JAJ</b> ), Sos czosnkowy(80ml) ( <b>GLU, SEL</b> ), Makaron pełnoziarnisty (180g) ,<br>Sałatka z fasolki szparagowej z olejem(150g) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kisiel z truskawkami mrożonymi słodzony (150ml/20g) , | Herbata (200ml) , Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b> ), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ), Sałatka żydowska z jajem(150g) ( <b>JAJ, MLE</b> ), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ), Sałata zielona II (10g) ,<br><b>Posilek nocny:</b><br>Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE</b> ),                                                                                                           |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2403.69 kcal; Białko ogółem: 96.04 g; białko zwierzęce: 51.87 g; Tłuszcz: 92.35 g; Węglowodany ogółem: 327.87 g; Błonnik pokarmowy: 36.48 g; Wapń: 863.33 mg; Żelazo: 16.21 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2820.39 ug; Sód: 2964.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.36 g; Sacharoza: 28.98 g; Cholesterol: 475.5 mg; Procent energii z białka: .14 %; Procent energii z tłuszczu: .22 %; Procent energii z węglowodanów: .33 %;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| wtorek 2024-01-30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ), Szynka z kurczaka (50g) , Jabłko (1szt.-ok.130g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ), Pasztet drobiowy (50g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Marchewka (30g) ,                                                                        | Zupa brokułowa z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) , Potrawka z kurczaka z ziel.pietr(100g/80ml) ( <b>GLU, SEL</b> ), Ziemniaki (220g) , Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kisiel z truskawkami mrożonymi bez cukru(150ml/20g) ,                                            | Herbata bez cukru(200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ), Twaróg chudy z zieloną pietruszką(60g) ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2</b> ), Pomidor(50g)(VII-X) ,<br><b>Posilek nocny:</b><br>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ), Kanapka z pastą mięsną z mięsa z kurczaka z zieloną pietruszką ( 1 szt.-55g ) ( <b>GLU</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2318.32 kcal; Białko ogółem: 131.89 g; białko zwierzęce: 92.73 g; Tłuszcz: 71.85 g; Węglowodany ogółem: 312.59 g; Błonnik pokarmowy: 34.03 g; Wapń: 1041.32 mg; Żelazo: 17.75 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3734.82 ug; Sód: 2700.42 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.31 g; Sacharoza: 25.12 g; Cholesterol: 381.92 mg; Procent energii z białka: .88 %; Procent energii z tłuszczu: .51 %; Procent energii z węglowodanów: 6.6 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <div> <div>środa 2024-01-31</div> <div>Jadłospis dla diety: Podstawowa</div> </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Ser żółty(60g) ( <b>MLE,</b>), Papryka czerwona(30g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica sopocka ( 30g ) , Roszponka (7g) ,</p>                                                                                               | <p>Zupa ogórkowa z ziemniakami(400ml) ( <b>MLE, SEL,</b>), Udo z kurczaka pieczone(200g) , Ziemniaki (220g) , Sałatka z fasolki szparagowej z olejem(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p>                                                                                   | <p>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Kiełbasa śląska z wody (100g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b>), Musztarda (1szt-20g) , Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Serek wanilinowy(1szt.-150g) ( <b>MLE,</b>), Kiwi(1szt.-80g) ,</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2680.31 kcal; Białko ogółem: 142.97 g; białko zwierzęce: 106.66 g; Tłuszcz: 105.47 g; Węglowodany ogółem: 319.56 g; Błonnik pokarmowy: 31.67 g; Wapń: 874.7 mg; Żelazo: 14.45 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1283.51 ug; Sód: 3587.65 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.35 g; Sacharoza: 20.21 g; Cholesterol: 469.04 mg; Procent energii z białka: 21.13 %; Procent energii z tłuszczu: 34.66 %; Procent energii z węglowodanów: 40.97 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <div> <div>środa 2024-01-31</div> <div>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</div> </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica sopocka ( 30g ) , Dżem (25g) op ,</p>                                                                                          | <p>Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(300g-8szt.) ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b>), Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p>                     | <p>Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b>), Mieszanaka królewska (110g) , Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Serek wanilinowy(1szt.-150g) ( <b>MLE,</b>), Kiwi(1szt.-80g) ,</p>                                                    |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2652.32 kcal; Białko ogółem: 122.65 g; białko zwierzęce: 86.27 g; Tłuszcz: 99.18 g; Węglowodany ogółem: 331.03 g; Błonnik pokarmowy: 22.57 g; Wapń: 1050.94 mg; Żelazo: 13.15 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2467.67 ug; Sód: 2589.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.24 g; Sacharoza: 32.26 g; Cholesterol: 530.91 mg; Procent energii z białka: 17.45 %; Procent energii z tłuszczu: 31.92 %; Procent energii z węglowodanów: 44.52 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <div> <div>środa 2024-01-31</div> <div>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)</div> </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica sopocka ( 30g ) , Mus z jabłka ( 50g ) ,</p>                                                               | <p>Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(300g-8szt.) ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b>), Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z czarną porzeczką b/c (150ml/10g) ,</p> | <p>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b>), Mieszanaka królewska (110g) , Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Serek grani (200g) , Kiwi(1szt.-80g) ,</p>                        |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2480.17 kcal; Białko ogółem: 126.1 g; białko zwierzęce: 90.06 g; Tłuszcz: 86.23 g; Węglowodany ogółem: 320.21 g; Błonnik pokarmowy: 29.29 g; Wapń: 1023.64 mg; Żelazo: 14.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2410.82 ug; Sód: 3212.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.88 g; Sacharoza: 17.2 g; Cholesterol: 500.61 mg; Procent energii z białka: 19.06 %; Procent energii z tłuszczu: 29.5 %; Procent energii z węglowodanów: 44.16 %;</p>    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <div> <div>środa 2024-01-31</div> <div>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)</div> </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Pasta z białka jaja z zielonym koperkiem i jogurtem naturalnym(60g) ( <b>JAJ,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Połędwica sopocka ( 30g ) , Dżem (25g) op ,</p>                                                                                                                          | <p>Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Pierogi leniwe na białkach(250g-8szt) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p>                  | <p>Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Połędwica drobiowa (70g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Seler blanszowany(50g) ( <b>SEL,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Syr naturalny (350g) ( <b>MLE,</b>), Kiwi(1szt.-80g) ,</p>                                                                                                         |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 1841.09 kcal; Białko ogółem: 120.6 g; białko zwierzęce: 87.06 g; Tłuszcz: 24.64 g; Węglowodany ogółem: 301.2 g; Błonnik pokarmowy: 21.49 g; Wapń: 1078.52 mg; Żelazo: 10.57 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1943.17 ug; Sód: 2449.66 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.33 g; Sacharoza: 32.79 g; Cholesterol: 101.86 mg; Procent energii z białka: 24.83 %; Procent energii z tłuszczu: 11.67 %; Procent energii z węglowodanów: 58.29 %;</p>     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p style="text-align: center;"><b>środa 2024-01-31</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p>Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) ( <b>JAJ, MLE,</b>),</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Połędwica sopocka ( 30g ) , Dżem (25g) op ,</p>                                                                                         | <p>Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(300g-8szt.) ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b>), Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b>), Mieszanka królewska (110g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Serek wanilinowy(1szt.-150g) ( <b>MLE,</b>), Mus z kiwi gotowanego (80g) ,</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2846.08 kcal; Białko ogółem: 131.06 g; białko zwierzęce: 94.12 g; Tłuszcz: 107.12 g; Węglowodany ogółem: 353.48 g; Błonnik pokarmowy: 23.08 g; Wapń: 1357.76 mg; Żelazo: 13.49 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2528.48 ug; Sód: 2655.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.59 g; Sacharoza: 32.31 g; Cholesterol: 561.78 mg; Procent energii z białka: 17.73 %; Procent energii z tłuszczu: 32.27 %; Procent energii z węglowodanów: 46.51 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p style="text-align: center;"><b>środa 2024-01-31</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p>Zupa mleczna z makaronem zacierką(400ml) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Pasta z białka jaja z zielonym koperkiem i jogurtem naturalnym(60g) ( <b>JAJ,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Połędwica sopocka ( 30g ) , Mus z dyni i jabłka ,</p>                                               | <p>Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(300g-8szt.) ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b>), Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p> | <p>Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b>), Mieszanka królewska (110g) , Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Serek wanilinowy(1szt.-150g) ( <b>MLE,</b>),</p>                                                                                      |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2480.13 kcal; Białko ogółem: 118.21 g; białko zwierzęce: 83.9 g; Tłuszcz: 93.05 g; Węglowodany ogółem: 308.32 g; Błonnik pokarmowy: 24.39 g; Wapń: 1029.64 mg; Żelazo: 12.2 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2573.93 ug; Sód: 2404.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.25 g; Sacharoza: 27.49 g; Cholesterol: 349.96 mg; Procent energii z białka: 17.97 %; Procent energii z tłuszczu: 32.72 %; Procent energii z węglowodanów: 43.55 %;</p>    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-01-31                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ),<br>Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ</b> ),<br>Sałata zielona II (10g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ),<br>Połudwica sopocka ( 30g ) ,<br>Dżem (25g) op ,                                                                                            | Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem(300g-8szt.) ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ),<br>Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Banan (1/2 szt.-100g) ,                                                            | Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ),<br>Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ</b> ),<br>Mieszanka królewska (110g) ,<br>Herbata (200ml) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Serek wanilinowy(1szt.-150g) ( <b>MLE</b> ),<br>Kiwi(1szt.-80g) ,                                                                                                 |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2490.38 kcal; Białko ogółem: 118.36 g; białko zwierzęce: 85.19 g; Tłuszcz: 95.7 g; Węglowodany ogółem: 300.48 g; Błonnik pokarmowy: 21.73 g; Wapń: 968.96 mg; Żelazo: 12.68 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2424.83 ug; Sód: 2573.74 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.81 g; Sacharoza: 34.03 g; Cholesterol: 506.07 mg; Procent energii z białka: 17.89 %; Procent energii z tłuszczu: 32.26 %; Procent energii z węglowodanów: 43.46 %;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| środa 2024-01-31                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ),<br>Ser żółty(60g) ( <b>MLE</b> ),<br>Papryka czerwona(30g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ),<br>Połudwica sopocka ( 30g ) ,<br>Roszponka (7g) ,                                                                                                 | Zupa ogórkowa z ziemniakami(400ml) ( <b>MLE, SEL</b> ),<br>Udo z kurczaka pieczone(200g) ,<br>Ziemniaki (220g) ,<br>Sałatka z fasolki szparagowej z olejem(150g) ,<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Banan (1/2 szt.-100g) ,                                                                                                                       | Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ),<br>Kiełbasa śląska z wody (100g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ),<br>Musztarda (1szt-20g) ,<br>Herbata (200ml) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Serek wanilinowy(1szt.-150g) ( <b>MLE</b> ),<br>Kiwi(1szt.-80g) ,                                          |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2518.37 kcal; Białko ogółem: 138.68 g; białko zwierzęce: 105.58 g; Tłuszcz: 101.99 g; Węglowodany ogółem: 289.01 g; Błonnik pokarmowy: 30.83 g; Wapń: 792.72 mg; Żelazo: 13.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1240.67 ug; Sód: 3572.33 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.92 g; Sacharoza: 21.98 g; Cholesterol: 444.2 mg; Procent energii z białka: 21.78 %; Procent energii z tłuszczu: 35.14 %; Procent energii z węglowodanów: 39.64 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| środa 2024-01-31                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) ,<br>Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ),<br>Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ</b> ),<br>Sałata zielona II (10g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b> ),<br>Połudwica sopocka ( 30g ) ,<br>Mus z jabłką ( 50g ) ,                                                              | Zupa rosół jarski z talarkami marchewki i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Połudwica wieprzowa duszona(70g) ,<br>Sos pomidorowy z oregano(80ml) ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Ryż (180g) ( <b>GLU</b> ),<br>Szpinak na gęsto(150g) ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kisiel z czarną porzeczką b/c (150ml/10g) , | Herbata bez cukru(200ml) ,<br>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b> ),<br>Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ</b> ),<br>Mieszanka królewska (110g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kanapka z szynką z indyka(1szt.70g) ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ),<br>Kiwi(1szt.-80g) , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2207.64 kcal; Białko ogółem: 92.24 g; białko zwierzęce: 55.1 g; Tłuszcz: 74.26 g; Węglowodany ogółem: 313.86 g; Błonnik pokarmowy: 32.14 g; Wapń: 647.26 mg; Żelazo: 16.89 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2413.33 ug; Sód: 2717.14 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.04 g; Sacharoza: 19.28 g; Cholesterol: 423.32 mg; Procent energii z białka: 15.56 %; Procent energii z tłuszczu: 28.19 %; Procent energii z węglowodanów: 48.88 %;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| czwartek 2024-02-01                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE</b>,), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE</b>,), Pomidor(50g)(VII-X) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Polędwica drobiowa (30g) ( <b>SOJ</b>, <b>GOR</b>, <b>SO2</b>,), Ogórek kiszony(50g) ,</p>                                                            | <p>Zupa fasolowa z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU</b>, <b>SOJ</b>, <b>MLE</b>, <b>ORZ</b>, <b>SEL</b>, <b>GOR</b>,), Frykadelka wieprzowa z łopatki(60g) ( <b>GLU</b>, <b>JAJ</b>,), Sos własny (80ml) ( <b>GLU</b>, <b>OZ</b>, <b>SOJ</b>, <b>MLE</b>, <b>SEL</b>, <b>SO2</b>,), Kasza gryczana (180g) , Ćwikła (150g) ( <b>MLE</b>,), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p> | <p>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b>,), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>,), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ</b>,), Ogonówka (50g) ( <b>SOJ</b>,), Sałata zielona II (10g) , Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt pitny owocowy ( <b>MLE</b>,),</p>                                                                                         |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2495.88 kcal; Białko ogółem: 109.88 g; białko zwierzęce: 53.89 g; Tłuszcz: 84.81 g; Węglowodany ogółem: 357.4 g; Błonnik pokarmowy: 37.07 g; Wapń: 1322.75 mg; Żelazo: 16.93 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1058.96 ug; Sód: 2437.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.23 g; Sacharoza: 29.75 g; Cholesterol: 451.37 mg; Procent energii z białka: 15.23 %; Procent energii z tłuszczu: 30.54 %; Procent energii z węglowodanów: 47.11 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| czwartek 2024-02-01                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE</b>,), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE</b>,), Pomidor(50g)(XI-VI) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Polędwica drobiowa (30g) ( <b>SOJ</b>, <b>GOR</b>, <b>SO2</b>,), Roszponka (7g) ,</p>                                                                            | <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) ( <b>GLU</b>, <b>JAJ</b>,), Sos jarzynowy (80ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p>                                                                                         | <p>Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>,), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) ( <b>JAJ</b>, <b>MLE</b>, <b>SEL</b>,), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ</b>, <b>SOJ</b>, <b>SEL</b>, <b>GOR</b>,), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt pitny owocowy ( <b>MLE</b>,),</p>                                                       |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2489.2 kcal; Białko ogółem: 107.09 g; białko zwierzęce: 65.13 g; Tłuszcz: 75.94 g; Węglowodany ogółem: 374.85 g; Błonnik pokarmowy: 34.54 g; Wapń: 1372.83 mg; Żelazo: 14.75 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2444.07 ug; Sód: 2561.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.46 g; Sacharoza: 36.75 g; Cholesterol: 393 mg; Procent energii z białka: 16.71 %; Procent energii z tłuszczu: 28.4 %; Procent energii z węglowodanów: 51.04 %;</p>     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| czwartek 2024-02-01                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE</b>,), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE</b>,), Pomidor(50g)(XI-VI) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Polędwica drobiowa (30g) ( <b>SOJ</b>, <b>GOR</b>, <b>SO2</b>,), Roszponka (7g) ,</p>                                                                 | <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) ( <b>GLU</b>, <b>JAJ</b>,), Sos jarzynowy (80ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p>                                                                                         | <p>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b>,), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>,), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) ( <b>JAJ</b>, <b>MLE</b>, <b>SEL</b>,), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ</b>, <b>SOJ</b>, <b>SEL</b>, <b>GOR</b>,), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt pitny naturalny ( <b>MLE</b>,),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2391.5 kcal; Białko ogółem: 104.9 g; białko zwierzęce: 62.87 g; Tłuszcz: 72.13 g; Węglowodany ogółem: 367.18 g; Błonnik pokarmowy: 40.62 g; Wapń: 1423.68 mg; Żelazo: 15.6 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2399.77 ug; Sód: 2523.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.62 g; Sacharoza: 31.39 g; Cholesterol: 393.2 mg; Procent energii z białka: 16.9 %; Procent energii z tłuszczu: 26.15 %; Procent energii z węglowodanów: 52.1 %;</p>      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| czwartek 2024-02-01                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (250ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Pasta z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką(60g) , Kefir(200g) ( <b>MLE,</b>), Roszponka (7g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Połędwica drobiowa (30g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Pomidor(50g)(VII-X) ,</p>                                                                                  |  | <p>Zupa koperkowa z ziemniakami (400ml) ( <b>SEL,</b>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos jarzynowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p>                         |  | <p>Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Sałatka jarzynowa z majonezem z mleka w proszku bez jaja(200g) ( <b>MLE, SEL,</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Herbata (250ml) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt pitny naturalny ( <b>MLE,</b>),</p>                                                                                                                                            |  |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2159.33 kcal; Białko ogółem: 110.73 g; białko zwierzęce: 75.57 g; Tłuszcz: 51.46 g; Węglowodany ogółem: 337.59 g; Błonnik pokarmowy: 29.06 g; Wapń: 1316.14 mg; Żelazo: 13.92 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1646.33 ug; Sód: 2473.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.07 g; Sacharoza: 31.27 g; Cholesterol: 267.77 mg; Procent energii z białka: 20.35 %; Procent energii z tłuszczu: 20.91 %; Procent energii z węglowodanów: 55.01 %;</p> |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |
| <p><b>czwartek 2024-02-01</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  | <p><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta</b></p>                                                                                                                                                                                                                                   |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b>), Pomidor (50g)(VII-X) pieczony ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Połędwica drobiowa (30g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Brokuł gotowany (50g) ,</p>                                                                |  | <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos jarzynowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p> |  | <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt pitny owocowy ( <b>MLE,</b>),</p> |  |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2532.91 kcal; Białko ogółem: 113.3 g; białko zwierzęce: 72.32 g; Tłuszcz: 77.95 g; Węglowodany ogółem: 375.75 g; Błonnik pokarmowy: 35.36 g; Wapń: 1671.71 mg; Żelazo: 14.79 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2375.67 ug; Sód: 2434.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.51 g; Sacharoza: 36.26 g; Cholesterol: 410.03 mg; Procent energii z białka: 17.75 %; Procent energii z tłuszczu: 28.7 %; Procent energii z węglowodanów: 52.39 %;</p>   |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |
| <p><b>czwartek 2024-02-01</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  | <p><b>Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (250ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Mozzarella 0,5 szt(.5 porcje ) ( <b>MLE,</b>), Roszponka (7g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Połędwica drobiowa (30g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Brokuł gotowany (50g) ,</p>                                           |  | <p>Zupa koperkowa z ziemniakami (400ml) ( <b>SEL,</b>), Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos jarzynowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p>                   |  | <p>Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i majonezem z mleka w proszku(200g) ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Herbata (250ml) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt pitny owocowy ( <b>MLE,</b>),</p>                                                                                          |  |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2266.34 kcal; Białko ogółem: 97.48 g; białko zwierzęce: 59.34 g; Tłuszcz: 68.63 g; Węglowodany ogółem: 343.14 g; Błonnik pokarmowy: 32.02 g; Wapń: 1199.78 mg; Żelazo: 13.94 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1977.18 ug; Sód: 2333.32 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.67 g; Sacharoza: 35.52 g; Cholesterol: 363.99 mg; Procent energii z białka: 16.61 %; Procent energii z tłuszczu: 28.25 %; Procent energii z węglowodanów: 50.78 %;</p>  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-01                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Kefir(200g) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) ,<br/>           Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b>), Pomidor(50g)(XI-VI) ,<br/> <b>II Śniadanie:</b><br/>           Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>),<br/>           Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica drobiowa (30g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>),<br/>           Roszponka (7g) ,</p>                                                                  | <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>),<br/>           Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos jarzynowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) ,<br/>           Kompot z owoców (200ml) ,<br/> <b>Podwieczorek:</b><br/>           Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p>                                 | <p>Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>),<br/>           Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i olejem(200g) ( <b>JAJ, SEL,</b>), Szyńka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>),<br/>           Herbata (200ml) ,<br/> <b>Posiłek nocny:</b><br/>           Jogurt pitny owocowy ( <b>MLE,</b>),</p>                                                                |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2292.99 kcal; Białko ogółem: 101.07 g; białko zwierzęce: 61.53 g; Tłuszcz: 71.32 g; Węglowodany ogółem: 340.09 g; Błonnik pokarmowy: 32.23 g; Wapń: 1167.2 mg; Żelazo: 14.33 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2399.45 ug; Sód: 2092.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.23 g; Sacharoza: 34.3 g; Cholesterol: 367.03 mg; Procent energii z białka: 17.03 %; Procent energii z tłuszczu: 29.07 %; Procent energii z węglowodanów: 49.63 %;          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| czwartek 2024-02-01                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>Kefir(200g) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) ,<br/>           Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b>), Pomidor(50g)(VII-X) ,<br/> <b>II Śniadanie:</b><br/>           Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>),<br/>           Polędwica drobiowa (30g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Ogórek kiszony(50g) ,</p>                                                                 | <p>Zupa fasolowa z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b>), Frykadelka wieprzowa z łopatki(60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>),<br/>           Sos własny (80ml) ( <b>GLU, OZ, SOJ, MLE, SEL, SO2,</b>), Kasza gryczana (180g) , Ćwikła (150g) ( <b>MLE,</b>),<br/>           Kompot z owoców (200ml) ,<br/> <b>Podwieczorek:</b><br/>           Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p> | <p>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>),<br/>           Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Ogonówka (50g) ( <b>SOJ,</b>), Sałata zielona II (10g) , Herbata (200ml) ,<br/> <b>Posiłek nocny:</b><br/>           Jogurt pitny owocowy ( <b>MLE,</b>),</p>                                                    |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2298.39 kcal; Białko ogółem: 104.54 g; białko zwierzęce: 50.97 g; Tłuszcz: 79.29 g; Węglowodany ogółem: 323.61 g; Błonnik pokarmowy: 34.76 g; Wapń: 1143.67 mg; Żelazo: 16.53 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1019.32 ug; Sód: 1976.62 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.26 g; Sacharoza: 27.3 g; Cholesterol: 428.13 mg; Procent energii z białka: 15.55 %; Procent energii z tłuszczu: 31.05 %; Procent energii z węglowodanów: 45.56 %;         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| czwartek 2024-02-01                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>Kefir(200g) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) ,<br/>           Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>),<br/>           Mozzarella 0,5 szt ( <b>MLE,</b>), Pomidor(50g)(XI-VI) ,<br/> <b>II Śniadanie:</b><br/>           Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>),<br/>           Polędwica drobiowa (30g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Roszponka (7g) ,</p> | <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami i marchewką(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>),<br/>           Klopsik ze schabu(1 szt.-60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos jarzynowy (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków gotowanych na winno(150g) ,<br/>           Kompot z owoców (200ml) ,<br/> <b>Podwieczorek:</b><br/>           Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p>                                 | <p>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>),<br/>           Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i olejem(200g) ( <b>JAJ, SEL,</b>), Szyńka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>),<br/>           Herbata bez cukru(200ml) ,<br/> <b>Posiłek nocny:</b><br/>           Jogurt pitny naturalny ( <b>MLE,</b>),</p> |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2282.09 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; białko zwierzęce: 59.31 g; Tłuszcz: 67.97 g; Węglowodany ogółem: 352.13 g; Błonnik pokarmowy: 39.78 g; Wapń: 1224 mg; Żelazo: 15.6 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2355.15 ug; Sód: 2190.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.49 g; Sacharoza: 29.43 g; Cholesterol: 367.23 mg; Procent energii z białka: 16.99 %; Procent energii z tłuszczu: 25.85 %; Procent energii z węglowodanów: 52.08 %;            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |



## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| piątek 2024-02-02                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Ser topiony(50g) ( <b>MLE,</b>), Ogórek świeży(50g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Kielbasa krakowska (30g) , Papryka czerwona II(30g) ,</p>                                                                                                | <p>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Krokiety z kapustą kisz.i pieczarkami (3 szt.) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p>                                                                                         | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Szynka konserwowa (50g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b>), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) ( <b>SEL,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Mus owocowy w tubce ,</p>                                                                                                    |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2890.94 kcal; Białko ogółem: 104.19 g; białko zwierzęce: 52.32 g; Tłuszcz: 117.01 g; Węglowodany ogółem: 388.41 g; Błonnik pokarmowy: 38.32 g; Wapń: 1180.74 mg; Żelazo: 15.26 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1605.44 ug; Sód: 3291.85 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.8 g; Sacharoza: 30.76 g; Cholesterol: 342.24 mg; Procent energii z białka: .81 %; Procent energii z tłuszczu: 2.89 %; Procent energii z węglowodanów: 3.88 %;</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| piątek 2024-02-02                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE,</b>), Dżem (40g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z kurczaka (30g) , Marchewka (30g) ,</p>                                                                                                                           | <p>Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałata zielona z sosem vinegret(40g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Szynka konserwowa (50g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b>), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) ( <b>SEL,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Mus owocowy w tubce ,</p>                                                                                                                                                        |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2081.72 kcal; Białko ogółem: 104.55 g; białko zwierzęce: 67.92 g; Tłuszcz: 51.14 g; Węglowodany ogółem: 317.58 g; Błonnik pokarmowy: 23.83 g; Wapń: 790.02 mg; Żelazo: 9.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2148.58 ug; Sód: 2241.6 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.25 g; Sacharoza: 40.55 g; Cholesterol: 281.44 mg; Procent energii z białka: 19.99 %; Procent energii z tłuszczu: 21.65 %; Procent energii z węglowodanów: 55.01 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| piątek 2024-02-02                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE,</b>), Powidła z jabłka z cynamonem (50g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z kurczaka (30g) , Marchewka (30g) ,</p>                                                                               | <p>Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałata zielona z sosem vinegret(40g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Szynka konserwowa (50g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b>), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) ( <b>SEL,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Mus owocowy w tubce , Kanapka z pastą mięsną z mięsa z kurczaka z zieloną pietruszką ( 1 szt.- 55g ) ( <b>GLU,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2041.43 kcal; Białko ogółem: 112.62 g; białko zwierzęce: 75.46 g; Tłuszcz: 51.96 g; Węglowodany ogółem: 306.27 g; Błonnik pokarmowy: 32.31 g; Wapń: 760.52 mg; Żelazo: 11.37 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2133.82 ug; Sód: 2167.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26 g; Sacharoza: 27.64 g; Cholesterol: 314.14 mg; Procent energii z białka: 21.86 %; Procent energii z tłuszczu: 22.38 %; Procent energii z węglowodanów: 51.58 %;</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| piątek 2024-02-02                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE,</b>), Dżem (40g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Szynka z kurczaka (30g) , Marchewka (30g) ,</p>                                                                                                                                                 | <p>Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałata zielona z sosem vinegret(40g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z pomarańczą bez cukru(150ml/50g) ,</p>                                                                     | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) ( <b>SEL,</b>), Szynka konserwowa (50g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Mus owocowy w tubce ,</p>                                                                                                            |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2019.97 kcal; Białko ogółem: 107.2 g; białko zwierzęce: 68.18 g; Tłuszcz: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 349.71 g; Błonnik pokarmowy: 23.84 g; Wapń: 791.27 mg; Żelazo: 9.52 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1905.03 ug; Sód: 2444.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.35 g; Sacharoza: 49.08 g; Cholesterol: 208.24 mg; Procent energii z białka: 21.2 %; Procent energii z tłuszczu: 12.22 %; Procent energii z węglowodanów: 63.19 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p style="text-align: center;"><b>piątek 2024-02-02</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE,</b>), Dżem (40g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z kurczaka (30g) , Marchewka blanszowana ( 30 g) ,</p>                                                                                                 | <p>Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Pulpet rybny z miruny (70g) ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, SO2,</b>), Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z selera, marchewki i jabłka blanszowana(150g) ( <b>SEL,</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z pomarańczą słodzony(150g/50g) ,</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Szynka konserwowa (50g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b>), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) ( <b>SEL,</b>), Puree z zielonego groszku mrożonego(50g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Mus owocowy w tubce ,</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2602.9 kcal; Białko ogółem: 121.75 g; białko zwierzęce: 76.74 g; Tłuszcz: 67.05 g; Węglowodany ogółem: 403.85 g; Błonnik pokarmowy: 33.71 g; Wapń: 1157.57 mg; Żelazo: 11.53 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2565.5 ug; Sód: 2646.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.69 g; Sacharoza: 58.79 g; Cholesterol: 331.27 mg; Procent energii z białka: 1.6 %; Procent energii z tłuszczu: 1.73 %; Procent energii z węglowodanów: 5.43 %;</p>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p style="text-align: center;"><b>piątek 2024-02-02</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE,</b>), Mus z jabłka (150g) , Herbata (200ml) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Szynka z kurczaka (30g) ,</p>                                                                                                                                                          | <p>Zupa wiejska z makaronem bez konc.pomid.z pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z marchewki i jabłka blanszowana (150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Chrupki kukurydziane(20g) ( <b>OZ, ORZ,</b>),</p>                                           | <p>Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Szynka konserwowa (50g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b>), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g)(2 porcje ) ( <b>SEL,</b>), Sałata zielona II (10g) , Herbata (200ml) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Mus owocowy w tubce ,</p>                                                                                                                                   |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2115.42 kcal; Białko ogółem: 117.5 g; białko zwierzęce: 75.45 g; Tłuszcz: 29.68 g; Węglowodany ogółem: 371.56 g; Błonnik pokarmowy: 35.9 g; Wapń: 733.56 mg; Żelazo: 11.4 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4142.47 ug; Sód: 2589.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.67 g; Sacharoza: 35.05 g; Cholesterol: 238.93 mg; Procent energii z białka: 22.28 %; Procent energii z tłuszczu: 12.36 %; Procent energii z węglowodanów: 62.2 %;</p>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2024-02-02                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE,</b> ), Dżem (40g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Szynka z kurczaka (30g) , Marchewka (30g) ,                                                                                                                       | Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Ziemniaki (220g) , Sałata zielona z sosem vinegret(40g) ,<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) , | Herbata (200ml) , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ), Szynka konserwowa (50g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) ( <b>SEL,</b> ), Sałata zielona II (10g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy w tubce ,                                                                                                                                                                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 1925.48 kcal; Białko ogółem: 100.86 g; białko zwierzęce: 66.84 g; Tłuszcz: 47.69 g; Węglowodany ogółem: 287.84 g; Błonnik pokarmowy: 23.08 g; Wapń: 708.64 mg; Żelazo: 8.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2105.74 ug; Sód: 2225.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.82 g; Sacharoza: 42.32 g; Cholesterol: 256.6 mg; Procent energii z białka: 20.83 %; Procent energii z tłuszczu: 21.13 %; Procent energii z węglowodanów: 54.44 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| piątek 2024-02-02                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Ser topiony(50g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Ogórek świeży(50g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Kiełbasa krakowska (30g) , Papryka czerwona II(30g) ,                                                                                            | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Krokiety z kapustą kisz.i pieczarkami (3 szt.) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,                                                                                         | Herbata (200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ), Szynka konserwowa (50g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) ( <b>SEL,</b> ), Sałata zielona II (10g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy w tubce ,                                                                                                          |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2734.7 kcal; Białko ogółem: 100.5 g; białko zwierzęce: 51.24 g; Tłuszcz: 113.56 g; Węglowodany ogółem: 358.67 g; Błonnik pokarmowy: 37.57 g; Wapń: 1099.36 mg; Żelazo: 14.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1562.6 ug; Sód: 3275.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.37 g; Sacharoza: 32.53 g; Cholesterol: 317.4 mg; Procent energii z białka: .94 %; Procent energii z tłuszczu: 3.4 %; Procent energii z węglowodanów: 4.55 %;      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| piątek 2024-02-02                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE,</b> ), Powidła z jabłka z cynamonem (50g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Szynka z kurczaka (30g) , Marchewka (30g) ,                                                                              | Zupa pomidorowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) , Sos pietruszkowy z pietruszką mrożoną nać (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Ziemniaki (220g) , Sałata zielona z sosem vinegret(40g) ,<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) , | Herbata bez cukru(200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Szynka konserwowa (50g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Pasta mięsno-jarzynowa z zielonym koperkiem(z udźca z indyka)(60g) ( <b>SEL,</b> ), Sałata zielona II (10g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy w tubce , Kanapka z pastą mięsną z mięsa z kurczaka z zieloną pietruszką ( 1 szt.- 55g ) ( <b>GLU,</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 1885.09 kcal; Białko ogółem: 108.92 g; białko zwierzęce: 74.38 g; Tłuszcz: 48.51 g; Węglowodany ogółem: 276.51 g; Błonnik pokarmowy: 31.56 g; Wapń: 678.7 mg; Żelazo: 10.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2090.98 ug; Sód: 2150.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.57 g; Sacharoza: 29.41 g; Cholesterol: 289.3 mg; Procent energii z białka: 22.85 %; Procent energii z tłuszczu: 21.87 %; Procent energii z węglowodanów: 50.64 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| sobota 2024-02-03                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) ( <b>MLE</b>,), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Jajo gotowane na twardo (55g) ( <b>JAJ</b>,), Sos majonezowy z groszkiem konserwowym i ogórkiem kiszonym(70g) ( <b>JAJ</b>, <b>MLE</b>,),</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ</b>, <b>MLE</b>, <b>SEL</b>,), Buraczki gotowane w plasterkach ( 50g ) ,</p> | <p>Zupa ziemniaczana z cieciorą i pietruszką nać(400ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Udo z kurczaka pieczone(200g) , Ryż po afgańsku(180g) ( <b>GLU</b>,), Brokuł gotowany z olejem (150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p>                                                   | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,), Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b>,), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>,), Kielbasa śląska pieczona(100g) ( <b>GLU</b>, <b>SOJ</b>, <b>SEL</b>, <b>GOR</b>,), Mozarella (30g) ( <b>MLE</b>,), Ogórek świeży(50g) , Musztarda (1szt.-20g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Brzoskwinia z puszki (45g) , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU</b>, <b>JAJ</b>, <b>MLE</b>,),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2815.9 kcal; Białko ogółem: 128.01 g; białko zwierzęce: 85.58 g; Tłuszcz: 131.39 g; Węglowodany ogółem: 309.53 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g; Wapń: 924.89 mg; Żelazo: 15.5 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1284.98 ug; Sód: 3050.1 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.93 g; Sacharoza: 23.25 g; Cholesterol: 605.94 mg; Procent energii z białka: 15.75 %; Procent energii z tłuszczu: 38.38 %; Procent energii z węglowodanów: 37.42 %;</p>                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| sobota 2024-02-03                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) ( <b>MLE</b>,), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ</b>,), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ</b>, <b>MLE</b>, <b>SEL</b>,), Buraczki gotowane w plasterkach ( 50g ) ,</p>                                                                | <p>Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Udo z kurczaka gotowane(200g) , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Ryż (180g) ( <b>GLU</b>,), Brokuł gotowany z olejem (150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>,), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ</b>,), Mozarella (30g) ( <b>MLE</b>,), Ketchup(1szt.-20g) , Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Brzoskwinia z puszki (45g) , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU</b>, <b>JAJ</b>, <b>MLE</b>,),</p>                                                                               |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2642.88 kcal; Białko ogółem: 120.29 g; białko zwierzęce: 79.07 g; Tłuszcz: 109.55 g; Węglowodany ogółem: 315.11 g; Błonnik pokarmowy: 23.24 g; Wapń: 968.02 mg; Żelazo: 13.44 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1343.48 ug; Sód: 2468.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.39 g; Sacharoza: 24.33 g; Cholesterol: 573.44 mg; Procent energii z białka: 15.66 %; Procent energii z tłuszczu: 33.67 %; Procent energii z węglowodanów: 42.25 %;</p>                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| sobota 2024-02-03                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) ( <b>MLE</b>,), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ</b>,), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ</b>, <b>MLE</b>, <b>SEL</b>,), Buraczki gotowane w plasterkach ( 50g ) ,</p>                                            | <p>Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Udo z kurczaka gotowane(200g) , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Ryż (180g) ( <b>GLU</b>,), Brokuł gotowany z olejem (150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>,), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>,), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ</b>,), Mozarella (30g) ( <b>MLE</b>,), Ketchup(1szt.-20g) , Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Serek grani (200g) ,</p>                                                                                                         |

## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2652.63 kcal; Białko ogółem: 141.15 g; białko zwierzęce: 101.88 g; Tłuszcz: 112.59 g; Węglowodany ogółem: 295.17 g; Błonnik pokarmowy: 28.19 g; Wapń: 1082.01 mg; Żelazo: 14.19 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1331.33 ug; Sód: 3010.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.83 g; Sacharoza: 18.96 g; Cholesterol: 598.64 mg; Procent energii z białka: 18.66 %; Procent energii z tłuszczu: 34.56 %; Procent energii z węglowodanów: 37.83 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>sobota 2024-02-03</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) ( <b>MLE</b> ,), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b> ,), Pasta z białka jaja kurzego z zieloną pietruszką i olejem(40g) ( <b>JAJ</b> ,), Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b> ,), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ,), Buraczki gotowane w plastrach ( 50g ) ,                                                                  | Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) ( <b>GLU, SEL</b> ,), Udo z kurczaka gotowane bez skóry (1szt.-ok 200g) , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) ( <b>GLU, SEL</b> ,), Ryż (180g) ( <b>GLU</b> ,), Surówka z selera z jabłkiem na winno(150g) ( <b>SEL</b> ,), Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Mus z mandarynki (100g) ,                                       | Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE</b> ,), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU</b> ,), Pasta z piersi z kurczaka z zieloną pietruszką(60g) , Ketchup(1szt.-20g) , Sałata zielona II (10g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Brzoskwinia z puszki (45g) ,                                                                                                                                                                    |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 1974.34 kcal; Białko ogółem: 112.46 g; białko zwierzęce: 73.16 g; Tłuszcz: 38.27 g; Węglowodany ogółem: 317.76 g; Błonnik pokarmowy: 27.57 g; Wapń: 682.84 mg; Żelazo: 11.16 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 773.76 ug; Sód: 2068.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.94 g; Sacharoza: 27.07 g; Cholesterol: 270.04 mg; Procent energii z białka: 21.31 %; Procent energii z tłuszczu: 16.35 %; Procent energii z węglowodanów: 56.51 %;     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>sobota 2024-02-03</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) ( <b>MLE</b> ,), Herbata (200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU</b> ,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ,), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) ( <b>JAJ, MLE</b> ,),<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b> ,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ,), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ,), Buraczki gotowane w plastrach ( 50g ) ,                                       | Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) ( <b>GLU, SEL</b> ,), Kompot z owoców (200ml) , Udo z kurczaka gotowane(200g) , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) ( <b>GLU, SEL</b> ,), Ziemniaki (220g) , Brokuł gotowany z olejem (150g) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Mus z mandarynki (100g) ,                                                                                              | Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE</b> ,), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE</b> ,), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU</b> ,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b> ,), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ</b> ,), Mozzarella (30g) ( <b>MLE</b> ,), Ketchup(1szt.-20g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Brzoskwinia z puszki (45g) , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ,), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2942.09 kcal; Białko ogółem: 132.53 g; białko zwierzęce: 87.39 g; Tłuszcz: 119.08 g; Węglowodany ogółem: 359.12 g; Błonnik pokarmowy: 26.87 g; Wapń: 1294.59 mg; Żelazo: 14.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1368.34 ug; Sód: 2743.81 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.15 g; Sacharoza: 26.41 g; Cholesterol: 605.51 mg; Procent energii z białka: 16.06 %; Procent energii z tłuszczu: 33.23 %; Procent energii z węglowodanów: 45.49 %;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>sobota 2024-02-03</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(400ml) ( <b>MLE</b> ,), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b> ,), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) ( <b>JAJ, MLE</b> ,),<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b> ,), Szynka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ,), Buraczki gotowane w plastrach ( 50g ) ,                                                                                                                         | Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) ( <b>GLU, SEL</b> ,), Kompot z owoców (200ml) , Udo z kurczaka gotowane bez skóry (1szt.-ok 200g) , Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) ( <b>GLU, SEL</b> ,), Ryż (180g) ( <b>GLU</b> ,), Sałatka z selera i marchewki blanszowana z olejem (150g) ( <b>SEL</b> ,),<br><b>Podwieczorek:</b><br>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b> ,), | Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE</b> ,), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU</b> ,), Pasta z piersi z kurczaka z zieloną pietruszką(60g) , Sałata zielona II (30g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Brzoskwinia z puszki (45g) , Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ,),                                                                                                                            |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2144.72 kcal; Białko ogółem: 121.77 g; białko zwierzęce: 83.83 g; Tłuszcz: 56.13 g; Węglowodany ogółem: 306.48 g; Błonnik pokarmowy: 24.35 g; Wapń: 980.21 mg; Żelazo: 11.58 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1673.65 ug; Sód: 1991.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.74 g; Sacharoza: 18.78 g; Cholesterol: 464.68 mg; Procent energii z białka: 21.27 %; Procent energii z tłuszczu: 20.77 %; Procent energii z węglowodanów: 51.56 %;     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-02-03                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b> ),<br>Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Szyńka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b> ),<br>Buraczki gotowane w plastrach ( 50g ) ,                                                          | Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Udo z kurczaka gotowane(200g) ,<br>Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Ryż (180g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Brokuł gotowany z olejem (150g) ,<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) , | Herbata (200ml) , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b> ),<br>Mozarella (30g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Ketchup(1szt.-20g) ,<br>Sałata zielona II (10g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Brzoskwinia z puszki (45g) ,<br>Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),                                                             |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2484.54 kcal; Białko ogółem: 116.27 g; białko zwierzęce: 77.99 g; Tłuszcz: 105.41 g; Węglowodany ogółem: 284.56 g; Błonnik pokarmowy: 20.36 g; Wapń: 882.44 mg; Żelazo: 12.22 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1300.64 ug; Sód: 2258.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.77 g; Sacharoza: 25.83 g; Cholesterol: 548.6 mg; Procent energii z białka: 16 %; Procent energii z tłuszczu: 33.78 %; Procent energii z węglowodanów: 41.26 %;                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| sobota 2024-02-03                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Jajo gotowane na twardo (55g) ( <b>JAJ,</b> ),<br>Sos majonezowy z groszkiem konserwowym i ogórkiem kiszonym(70g) ( <b>JAJ, MLE,</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Szyńka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b> ),<br>Buraczki gotowane w plastrach ( 50g ) , | Zupa ziemniaczana z cieciorą i pietruszką nać(400ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Udo z kurczaka pieczone(200g) ,<br>Ryż po afgańsku(180g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Brokuł gotowany z olejem (150g) ,<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) ,                                                | Herbata (200ml) , Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Kiełbasa śląska pieczona(100g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ),<br>Mozarella (30g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Ogórek świeży(50g) ,<br>Musztarda (1szt-20g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Brzoskwinia z puszki (45g) ,<br>Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2657.56 kcal; Białko ogółem: 123.99 g; białko zwierzęce: 84.5 g; Tłuszcz: 127.25 g; Węglowodany ogółem: 278.98 g; Błonnik pokarmowy: 27.37 g; Wapń: 839.31 mg; Żelazo: 14.28 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1242.14 ug; Sód: 2839.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.31 g; Sacharoza: 24.75 g; Cholesterol: 581.1 mg; Procent energii z białka: 16.06 %; Procent energii z tłuszczu: 38.76 %; Procent energii z węglowodanów: 36.2 %;                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| sobota 2024-02-03                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) ,<br>Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b> ),<br>Pomidorki koktajlowe (45g -ok.4 szt.) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Szyńka konserwowa z indyka (30g) ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b> ),<br>Buraczki gotowane w plastrach ( 50g ) ,                                   | Zupa ziemniaczana z pietruszką nać ( 400ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Udo z kurczaka gotowane(200g) ,<br>Sos koperkowy z koperkiem mrożonym (80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Ryż (180g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Brokuł gotowany z olejem (150g) ,<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Mandarynka (1 szt.-ok.100g) , | Herbata bez cukru(200ml) ,<br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ,</b> ),<br>Mozarella (30g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Ketchup(1szt.-20g) ,<br>Sałata zielona II (10g) ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kanapka z polędwicą drobiową(1szt.-70g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR, SO2,</b> ),         |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2443.39 kcal; Białko ogółem: 120.75 g; białko zwierzęce: 80.17 g; Tłuszcz: 103.44 g; Węglowodany ogółem: 282.35 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g; Wapń: 848.39 mg; Żelazo: 13.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1280.69 ug; Sód: 2401.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.98 g; Sacharoza: 20.61 g; Cholesterol: 554.4 mg; Procent energii z białka: 16.88 %; Procent energii z tłuszczu: 33.59 %; Procent energii z węglowodanów: 39.74 %;                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| niedziela 2024-02-04                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Kiełbasa szynkowa wieprzowa (50g) , Roszponka (7g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Twaróg półtłusty (50g) ( <b>MLE</b>,), Pomidor(50g)(VII-X) ,</p>                                                                                            | <p>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Kotlet mielony z łopatki z pieczarką(80g) ( <b>GLU</b>, <b>JAJ</b>,), Ziemniaki (220g) , Surówka z białej kapusty, marchewki, jabłka z olejem(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kiwi(1szt.-80g) ,</p> | <p>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b>,), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>,), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Serek homogenizowany owocowy ( 150g ) ,</p>              |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2376.27 kcal; Białko ogółem: 94.89 g; białko zwierzęce: 55.67 g; Tłuszcz: 91.57 g; Węglowodany ogółem: 325.64 g; Błonnik pokarmowy: 35.26 g; Wapń: 750.58 mg; Żelazo: 13.5 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1962.31 ug; Sód: 2123.88 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.97 g; Sacharoza: 17.05 g; Cholesterol: 266.04 mg; Procent energii z białka: 15.63 %; Procent energii z tłuszczu: 33.94 %; Procent energii z węglowodanów: 46.38 %;</p>    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| niedziela 2024-02-04                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ</b>, <b>GOR</b>, <b>SO2</b>,), Roszponka (7g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Ser żółty(30g) ( <b>MLE</b>,), Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p>                                                                               | <p>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Kasza jęczmienna (180g) , Sałata zielona z sosem vinegret(40g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kiwi(1szt.-80g) ,</p>      | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>,), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Serek homogenizowany owocowy ( 150g ) ,</p>                                                                  |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2074.77 kcal; Białko ogółem: 96.68 g; białko zwierzęce: 61 g; Tłuszcz: 56.43 g; Węglowodany ogółem: 316.2 g; Błonnik pokarmowy: 24.99 g; Wapń: 678.7 mg; Żelazo: 11.08 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1768.11 ug; Sód: 1834.3 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.69 g; Sacharoza: 19.59 g; Cholesterol: 269.84 mg; Procent energii z białka: 18.52 %; Procent energii z tłuszczu: 24.01 %; Procent energii z węglowodanów: 54.08 %;</p>         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| niedziela 2024-02-04                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (250ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,), Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ</b>, <b>GOR</b>, <b>SO2</b>,), Roszponka (7g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Ser żółty(30g) ( <b>MLE</b>,), Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p>                       | <p>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Kasza jęczmienna (180g) , Sałata zielona z sosem vinegret(40g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kiwi(1szt.-80g) ,</p>      | <p>Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,), Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU</b>,), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE</b>,),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE</b>,),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2165.98 kcal; Białko ogółem: 106.33 g; białko zwierzęce: 70.31 g; Tłuszcz: 59.11 g; Węglowodany ogółem: 328.25 g; Błonnik pokarmowy: 31.82 g; Wapń: 1041.97 mg; Żelazo: 12.46 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1778.02 ug; Sód: 1902.26 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.14 g; Sacharoza: 19.53 g; Cholesterol: 289.25 mg; Procent energii z białka: 19.41 %; Procent energii z tłuszczu: 23.37 %; Procent energii z węglowodanów: 53.22 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| niedziela 2024-02-04                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Roszponka (7g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Twaróg chudy (50g) ( <b>MLE,</b>), Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p>                                                                                                                                  | <p>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kasza jęczmienna (180g) , Sałata zielona z sosem vinegret(40g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mus z kiwi gotowanego (80g) ,</p>     | <p>Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Herbata (200ml) , Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b>),</p>                                                                                                             |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 1984.47 kcal; Białko ogółem: 109.39 g; białko zwierzęce: 73.71 g; Tłuszcz: 36.09 g; Węglowodany ogółem: 323.82 g; Błonnik pokarmowy: 24.99 g; Wapń: 999.7 mg; Żelazo: 11.26 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1543.51 ug; Sód: 1952.3 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.35 g; Sacharoza: 21.39 g; Cholesterol: 205.74 mg; Procent energii z białka: 22 %; Procent energii z tłuszczu: 15.23 %; Procent energii z węglowodanów: 59.23 %;</p>      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p style="text-align: center;"><b>niedziela 2024-02-04</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Pasta z polędwicy drobiowej z zielonym koperkiem (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>),</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Ser żółty(30g) ( <b>MLE,</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p>                                                                                                        | <p>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z marchewki i jabłka blanszowana (150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Mus z kiwi gotowanego (80g) ,</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Pulpet rybny (dorsz) w sosie greckim(70g/100g) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Serek homogenizowany owocowy ( 150g ) ,</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2381.61 kcal; Białko ogółem: 109.61 g; białko zwierzęce: 69.79 g; Tłuszcz: 60.68 g; Węglowodany ogółem: 376.66 g; Błonnik pokarmowy: 32.5 g; Wapń: 1050.47 mg; Żelazo: 12.74 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4137.55 ug; Sód: 2264.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.67 g; Sacharoza: 25.42 g; Cholesterol: 307.27 mg; Procent energii z białka: 18.66 %; Procent energii z tłuszczu: 22.56 %; Procent energii z węglowodanów: 58.24 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p style="text-align: center;"><b>niedziela 2024-02-04</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p>Zupa mleczna z ryżem(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Roszponka (7g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg chudy (50g) ( <b>MLE,</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p>                                                       | <p>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z marchewki blanszowana(150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Biszkopty (20g) ( <b>GLU, JAJ,</b>),</p>    | <p>Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Pulpet rybny w sosie greckim bez koncentratu pomidorowego(70g/100g) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b>),</p>                                                            |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2244.68 kcal; Białko ogółem: 111.75 g; białko zwierzęce: 75.64 g; Tłuszcz: 60.06 g; Węglowodany ogółem: 337.53 g; Błonnik pokarmowy: 29.4 g; Wapń: 1045.91 mg; Żelazo: 11.58 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4551.55 ug; Sód: 2157.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.84 g; Sacharoza: 32.78 g; Cholesterol: 348.84 mg; Procent energii z białka: 19.74 %; Procent energii z tłuszczu: 22.86 %; Procent energii z węglowodanów: 53.71 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |



## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-02-04                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b>),<br/>Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>),<br/>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>),<br/>Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>),<br/>Roszponka (7g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>),<br/>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Ser żółty(30g) ( <b>MLE,</b>), Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p>                                                                           | <p>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>),<br/>Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>),<br/>Kasza jęczmienna (180g) , Sałata zielona z sosem vinegret(40g) ,<br/>Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kiwi(1szt.-80g) ,</p>          | <p>Herbata bez cukru(200ml) , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>),<br/>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Serek homogenizowany owocowy ( 150g ) ,</p>                                                                          |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 1919.73 kcal; Białko ogółem: 93.59 g; białko zwierzęce: 59.92 g; Tłuszcz: 53.16 g; Węglowodany ogółem: 285.8 g; Błonnik pokarmowy: 24.27 g; Wapń: 599.42 mg; Żelazo: 10.7 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1725.27 ug; Sód: 1817.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.26 g; Sacharoza: 21.33 g; Cholesterol: 245 mg; Procent energii z białka: 19.34 %; Procent energii z tłuszczu: 23.71 %; Procent energii z węglowodanów: 53.29 %;</p>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| niedziela 2024-02-04                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b>),<br/>Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>),<br/>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>),<br/>Kielbasa szynkowa wieprzowa (50g) , Roszponka (7g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>),<br/>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>),<br/>Twaróg półtłusty (50g) ( <b>MLE,</b>),<br/>Pomidor(50g)(VII-X) ,</p>                                                                      | <p>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>),<br/>Kotlet mielony z łopatki z pieczarką(80g) ( <b>GLU, JAJ,</b>),<br/>Ziemniaki (220g) ,<br/>Surówka z białej kapusty, marchewki, jabłka z olejem(150g) ,<br/>Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kiwi(1szt.-80g) ,</p> | <p>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b>),<br/>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>),<br/>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>),<br/>Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b>),<br/>Herbata bez cukru(200ml) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Serek homogenizowany owocowy ( 150g ) ,</p>          |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2221.23 kcal; Białko ogółem: 91.8 g; białko zwierzęce: 54.59 g; Tłuszcz: 88.3 g; Węglowodany ogółem: 295.24 g; Błonnik pokarmowy: 34.54 g; Wapń: 671.3 mg; Żelazo: 13.12 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1919.47 ug; Sód: 2107.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.54 g; Sacharoza: 18.79 g; Cholesterol: 241.2 mg; Procent energii z białka: 16.12 %; Procent energii z tłuszczu: 34.34 %; Procent energii z węglowodanów: 45.12 %;</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| niedziela 2024-02-04                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b>),<br/>Kawa zbożowa z mlekiem b/c (250ml) ( <b>GLU, MLE,</b>),<br/>Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>),<br/>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>),<br/>Polędwica drobiowa (50g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>),<br/>Roszponka (7g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>),<br/>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>),<br/>Ser żółty(30g) ( <b>MLE,</b>),<br/>Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p>              | <p>Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>),<br/>Gulasz z udźca indyka w sosie jarzynowym (80g/80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>),<br/>Kasza jęczmienna (180g) ,<br/>Sałata zielona z sosem vinegret(40g) ,<br/>Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kiwi(1szt.-80g) ,</p>      | <p>Ryba (dorsz) z pieca w sosie greckim z warzywami(70g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b>),<br/>Herbata bez cukru(200ml) ,<br/>Chleb pszenno - żytni (2 kromki)(70g) ( <b>GLU,</b>),<br/>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>),<br/>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2010.84 kcal; Białko ogółem: 103.23 g; białko zwierzęce: 69.23 g; Tłuszcz: 55.84 g; Węglowodany ogółem: 297.83 g; Błonnik pokarmowy: 31.1 g; Wapń: 962.25 mg; Żelazo: 12.07 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1735.18 ug; Sód: 1884.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.71 g; Sacharoza: 21.27 g; Cholesterol: 264.41 mg; Procent energii z białka: 20.23 %; Procent energii z tłuszczu: 23 %; Procent energii z węglowodanów: 52.32 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| poniedziałek 2024-02-05                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE</b>,), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ</b>,), Papryka czerwona II(30g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Ser topiony (1/3 szt. - 33g) ( <b>MLE</b>,), Dżem (25g) op ,</p>                                                             | <p>Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) ( <b>SEL</b>,), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Makaron spaghetti (180g) , Surówka z białej rzodkwi z marchewką i jogurtem naturalnym(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p>           | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>,), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Sałatka jarzynowa z ziel.groszkiem,jajem i fasolą(200g) ( <b>GLU</b>, <b>JAJ</b>, <b>SOJ</b>, <b>MLE</b>, <b>ORZ</b>, <b>SEL</b>, <b>GOR</b>,),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ</b>, <b>SOJ</b>, <b>SEL</b>, <b>GOR</b>,), Sałata zielona II (10g) ,</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2516.26 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; białko zwierzęce: 52.88 g; Tłuszcz: 90.68 g; Węglowodany ogółem: 364.11 g; Błonnik pokarmowy: 38.35 g; Wapń: 853.8 mg; Żelazo: 14.16 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2413.88 ug; Sód: 3097.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.74 g; Sacharoza: 31.17 g; Cholesterol: 337.55 mg; Procent energii z białka: 14.96 %; Procent energii z tłuszczu: 31.6 %; Procent energii z węglowodanów: 49.64 %;</p>    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| poniedziałek 2024-02-05                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE</b>,), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Polędwica sopocka ( 50g ) , Marchewka (30g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b>,), Skyr naturalny (350g) ( <b>MLE</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p>                                                                                                          | <p>Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) ( <b>SEL</b>,), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Makaron spaghetti (180g) , Sałatka z kalafiora mroż.,groszku mroż.(z wody)z zieloną pietruszką(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p>  | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE</b>,), Dżem (40g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ</b>, <b>SOJ</b>, <b>SEL</b>, <b>GOR</b>,), Sałata zielona II (10g) ,</p>                                                                                                                                                              |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2270.85 kcal; Białko ogółem: 113.94 g; białko zwierzęce: 76.65 g; Tłuszcz: 58.47 g; Węglowodany ogółem: 343.95 g; Błonnik pokarmowy: 25.02 g; Wapń: 934.81 mg; Żelazo: 9.87 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1576.76 ug; Sód: 3020.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.14 g; Sacharoza: 31.71 g; Cholesterol: 235.34 mg; Procent energii z białka: 19.83 %; Procent energii z tłuszczu: 22.8 %; Procent energii z węglowodanów: 54.29 %;</p>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| poniedziałek 2024-02-05                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE</b>,), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Polędwica sopocka ( 50g ) , Marchewka (30g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Skyr naturalny (350g) ( <b>MLE</b>,), Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p>                                                                                      | <p>Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) ( <b>SEL</b>,), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) ( <b>GLU</b>, <b>SEL</b>,), Makaron spaghetti (180g) , Sałatka z kalafiora mroż.,groszku mroż.z zieloną pietruszką z olejem(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) ( <b>GLU</b>, <b>MLE</b>,), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>,), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>,), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE</b>,), Mus z jabłka ( 50g ) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>,), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>,), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ</b>, <b>SOJ</b>, <b>SEL</b>, <b>GOR</b>,), Sałata zielona II (10g) ,</p>                                                                                            |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2214.83 kcal; Białko ogółem: 114.69 g; białko zwierzęce: 74.91 g; Tłuszcz: 56.05 g; Węglowodany ogółem: 344.63 g; Błonnik pokarmowy: 35.02 g; Wapń: 901.95 mg; Żelazo: 11.86 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1535.96 ug; Sód: 3023.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.73 g; Sacharoza: 18.87 g; Cholesterol: 230.54 mg; Procent energii z białka: 20.36 %; Procent energii z tłuszczu: 22.39 %; Procent energii z węglowodanów: 53.49 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| poniedziałek 2024-02-05                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Polędwica sopocka ( 50g ) , Marchewka (30g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Skyr naturalny (350g) ( <b>MLE,</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p>                                                                                                                                      | <p>Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) ( <b>SEL,</b>), Schab mielony w sosie z bazylią(50g/80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Makaron spaghetti (180g) , Surówka z marchwi i jabłka na winno(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z pomarańczą bez cukru(150ml/50g) ,</p>                          | <p>Herbata (200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE,</b>), Dżem (40g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p>                                                                                                                                                            |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2101.02 kcal; Białko ogółem: 110.31 g; białko zwierzęce: 76.43 g; Tłuszcz: 34.47 g; Węglowodany ogółem: 358.75 g; Błonnik pokarmowy: 25.99 g; Wapń: 942.35 mg; Żelazo: 9.27 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3698.57 ug; Sód: 3114.1 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.76 g; Sacharoza: 42.92 g; Cholesterol: 160.94 mg; Procent energii z białka: 20.79 %; Procent energii z tłuszczu: 14.5 %; Procent energii z węglowodanów: 61.48 %;</p>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p style="text-align: center;"><b>poniedziałek 2024-02-05</b>      <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Herbata (200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica sopocka ( 50g ) , Marchewka blanszowana ( 30 g ) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Skyr naturalny (350g) ( <b>MLE,</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p>                                                                                                                                                          | <p>Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) ( <b>SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z kalafiora mroż., groszku mroż.(z wody)z zieloną pietruszką(150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z pomarańczą bez cukru(150ml/50g) ,</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE,</b>), Dżem (40g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Mus z jabłka ( 50g ) ,</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2472.98 kcal; Białko ogółem: 120.27 g; białko zwierzęce: 84.32 g; Tłuszcz: 61.73 g; Węglowodany ogółem: 383.95 g; Błonnik pokarmowy: 28.77 g; Wapń: 1223.6 mg; Żelazo: 10.97 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1587.04 ug; Sód: 3117.47 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.64 g; Sacharoza: 43.45 g; Cholesterol: 253.57 mg; Procent energii z białka: 19.57 %; Procent energii z tłuszczu: 22.23 %; Procent energii z węglowodanów: 58 %;</p>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p style="text-align: center;"><b>poniedziałek 2024-02-05</b>      <b>Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą(400ml) ( <b>MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Polędwica sopocka ( 50g ) , Marchewka blanszowana ( 30 g ) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Skyr naturalny (350g) ( <b>MLE,</b>), Jabłko pieczone (1szt.-120g) ,</p>                                                  | <p>Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) ( <b>SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Schab mielony w sosie z bazylią(50g/80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Makaron spaghetti (180g) , Sałatka z marchewki i jabłka blanszowana (150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Budyń słodzony (150ml) ( <b>MLE,</b>),</p>                        | <p>Herbata (200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE,</b>), Mus z dyni i jabłka ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p>                                                                              |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2453.47 kcal; Białko ogółem: 115.01 g; białko zwierzęce: 80.7 g; Tłuszcz: 62.45 g; Węglowodany ogółem: 382.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.81 g; Wapń: 1119.87 mg; Żelazo: 9.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4205.98 ug; Sód: 3160.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.36 g; Sacharoza: 49.38 g; Cholesterol: 251.94 mg; Procent energii z białka: 18.58 %; Procent energii z tłuszczu: 22.59 %; Procent energii z węglowodanów: 56.16 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-02-05                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Kefir(200g) ( <b>MLE</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>), Polędwica sopocka ( 50g ) , Marchewka (30g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b>), Skyr naturalny (350g) ( <b>MLE</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>), Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p>                                                                                                                                           | <p>Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) ( <b>SEL</b>), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) ( <b>GLU, SEL</b>), Makaron spaghetti (180g) , Sałatka z kalafiora mroż., groszku mroż.(z wody)z zieloną pietruszką(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p>  | <p>Herbata bez cukru(200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE</b>), Dżem (40g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p>                                                                                                                   |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2073.36 kcal; Białko ogółem: 108.6 g; białko zwierzęce: 73.73 g; Tłuszcz: 52.95 g; Węglowodany ogółem: 310.16 g; Błonnik pokarmowy: 22.71 g; Wapń: 755.73 mg; Żelazo: 9.47 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1537.12 ug; Sód: 2559.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.17 g; Sacharoza: 29.26 g; Cholesterol: 212.1 mg; Procent energii z białka: 20.65 %; Procent energii z tłuszczu: 22.67 %; Procent energii z węglowodanów: 53.33 %;</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| poniedziałek 2024-02-05                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>Kefir(200g) ( <b>MLE</b>), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>), Serdelka z kurczaka na gorąco ( 100g ) ( <b>SOJ</b>), Papryka czerwona II(30g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>), Ser topiony (1/3 szt. - 33g) ( <b>MLE</b>), Dżem (25g) op ,</p>                                                                                               | <p>Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) ( <b>SEL</b>), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) ( <b>GLU, SEL</b>), Makaron spaghetti (180g) , Surówka z białej rzodkwi z marchewką i jogurtem naturalnym(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p>            | <p>Herbata bez cukru(200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>), Sałatka jarzynowa z ziel.groszkiem,jajem i fasolą(200g) ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2318.77 kcal; Białko ogółem: 90.5 g; białko zwierzęce: 49.96 g; Tłuszcz: 85.16 g; Węglowodany ogółem: 330.32 g; Błonnik pokarmowy: 36.04 g; Wapń: 674.72 mg; Żelazo: 13.76 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2374.24 ug; Sód: 2636.88 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.77 g; Sacharoza: 28.72 g; Cholesterol: 314.31 mg; Procent energii z białka: 15.29 %; Procent energii z tłuszczu: 32.25 %; Procent energii z węglowodanów: 48.4 %;</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| poniedziałek 2024-02-05                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p>Kefir(200g) ( <b>MLE</b>), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>), Polędwica sopocka ( 50g ) , Marchewka (30g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>), Skyr naturalny (350g) ( <b>MLE</b>), Jabłko (1szt.-ok.130g) ,</p>                                                                                                                       | <p>Zupa krupnik z ziemniakami i zieloną pietruszką nać(400ml) ( <b>SEL</b>), Schab mielony w sosie bolońskim(50g/80ml) ( <b>GLU, SEL</b>), Makaron spaghetti (180g) , Sałatka z kalafiora mroż., groszku mroż.z zieloną pietruszką z olejem(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Pomarańcza (1/2 sztuki-120g) ,</p> | <p>Herbata bez cukru(200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE</b>), Twaróg chudy (60g) ( <b>MLE</b>), Mus z jabłka ( 50g ) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p>                                                      |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2017.24 kcal; Białko ogółem: 109.34 g; białko zwierzęce: 71.99 g; Tłuszcz: 50.53 g; Węglowodany ogółem: 310.82 g; Błonnik pokarmowy: 32.71 g; Wapń: 722.43 mg; Żelazo: 11.45 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1496.32 ug; Sód: 2561.71 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.76 g; Sacharoza: 16.42 g; Cholesterol: 207.3 mg; Procent energii z białka: 21.23 %; Procent energii z tłuszczu: 22.2 %; Procent energii z węglowodanów: 52.37 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| wtorek 2024-02-06                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Pomidor(50g)(VII-X) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Kielbasa szynkowa (30g) , Roszponka (7g) ,</p>                                                                                               | <p>Zupa kapuśniak z ziemniakami i pietruszką nać(400ml) ( <b>SEL,</b>), Gulasz węgierski z łopatką wieprzową ( 80ml/50g ) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kluski śląskie(300g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p>                                 | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p>     |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2921.96 kcal; Białko ogółem: 120.64 g; białko zwierzęce: 80.9 g; Tłuszcz: 103.79 g; Węglowodany ogółem: 412.25 g; Błonnik pokarmowy: 39.38 g; Wapń: 965.32 mg; Żelazo: 17.61 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2465.31 ug; Sód: 2212.89 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.15 g; Sacharoza: 37.54 g; Cholesterol: 600.54 mg; Procent energii z białka: 15.85 %; Procent energii z tłuszczu: 30.45 %; Procent energii z węglowodanów: 49.34 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| wtorek 2024-02-06                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Jadłospis dla diety: Łatwostrawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Pomidor(50g)(VII-X) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Kielbasa szynkowa (30g) , Roszponka (7g) ,</p>                                                                                                          | <p>Zupa królewska z makaronem zacierką(400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) , Sos ziołowy (80ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p>                               | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p>                                                         |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2534.26 kcal; Białko ogółem: 126.29 g; białko zwierzęce: 87.52 g; Tłuszcz: 85.39 g; Węglowodany ogółem: 338.82 g; Błonnik pokarmowy: 29.49 g; Wapń: 927.5 mg; Żelazo: 14.15 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2211.41 ug; Sód: 2199.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.21 g; Sacharoza: 37.14 g; Cholesterol: 607.84 mg; Procent energii z białka: 19.3 %; Procent energii z tłuszczu: 28.9 %; Procent energii z węglowodanów: 47.1 %;</p>     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| wtorek 2024-02-06                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Pomidor(50g)(VII-X) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Kielbasa szynkowa (30g) , Roszponka (7g) ,</p>                                                                                      | <p>Zupa królewska z makaronem zacierką(400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) , Sos ziołowy (80ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z truskawkami mrożonymi bez cukru(150ml/20g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Serek grani (200g) , Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka(1szt.-55g) ( <b>GLU, SEL,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2529.22 kcal; Białko ogółem: 148.17 g; białko zwierzęce: 109.57 g; Tłuszcz: 85.74 g; Węglowodany ogółem: 321.25 g; Błonnik pokarmowy: 35.86 g; Wapń: 864.1 mg; Żelazo: 15.64 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2330.15 ug; Sód: 2826.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.29 g; Sacharoza: 30.78 g; Cholesterol: 630.39 mg; Procent energii z białka: 22.65 %; Procent energii z tłuszczu: 28.96 %; Procent energii z węglowodanów: 42.79 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| wtorek 2024-02-06                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Pasta z białka jaja kurzego z zieloną pietruszką i olejem(40g) ( <b>JAJ,</b>), Pomidor(50g)(VII-X) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Połędwica drobiowa (30g) ( <b>SOJ, GOR, SO2,</b>), Roszponka (7g) ,</p>                                                                                                                       | <p>Zupa jarzynowa z ryżem (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) , Sos ziołowy (80ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p>                                                        | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Udo z kurczaka gotowane bez skóry w jarzynach (220g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE,</b>),</p>                                                                                                                                     |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2137.32 kcal; Białko ogółem: 127.01 g; białko zwierzęce: 90.1 g; Tłuszcz: 42.11 g; Węglowodany ogółem: 335.49 g; Błonnik pokarmowy: 27.81 g; Wapń: 900.56 mg; Żelazo: 12.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1851.05 ug; Sód: 2100.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.4 g; Sacharoza: 36.87 g; Cholesterol: 357.04 mg; Procent energii z białka: 23.31 %; Procent energii z tłuszczu: 17.21 %; Procent energii z węglowodanów: 55.7 %;</p>      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p style="text-align: center;"><b>wtorek 2024-02-06</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Pomidor (50g)(VII-X) pieczony ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Kiełbasa szynkowa (30g) , Powidła śliwkowe(40g) ,</p>                                                                                | <p>Zupa królewska z makaronem zacierką(400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Pulpet rybny z miruny (70g) ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, SO2,</b>), Sos ziołowy (80ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Banan (1/2 szt.-100g) ,</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Jogurt pitny owocowy ( <b>MLE,</b>), Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2938.67 kcal; Białko ogółem: 139.73 g; białko zwierzęce: 99.46 g; Tłuszcz: 100.37 g; Węglowodany ogółem: 393.99 g; Błonnik pokarmowy: 31.21 g; Wapń: 1383.59 mg; Żelazo: 15.68 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2205.35 ug; Sód: 2343.33 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.89 g; Sacharoza: 54.84 g; Cholesterol: 662.47 mg; Procent energii z białka: 18.64 %; Procent energii z tłuszczu: 31.03 %; Procent energii z węglowodanów: 48.03 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p style="text-align: center;"><b>wtorek 2024-02-06</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków</b></span></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p>Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Pasta z jaja z zieloną pietruszką (50g) ( <b>JAJ,</b>), Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b>),</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Kiełbasa szynkowa (30g) , Roszponka (7g) ,</p>                                                                       | <p>Zupa jarzynowa z ryżem (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Kompot z owoców (200ml) , Pulpet rybny z miruny (70g) ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, SO2,</b>), Sos ziołowy (80ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kisiel z bananem słodzony (150ml) ,</p>      | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Udo z kurczaka gotowane bez skóry w jarzynach (220g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Serek grani (200g) ,</p>                                                                                                                        |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2836.46 kcal; Białko ogółem: 155.56 g; białko zwierzęce: 118.5 g; Tłuszcz: 94.11 g; Węglowodany ogółem: 363.41 g; Błonnik pokarmowy: 26.97 g; Wapń: 1195.97 mg; Żelazo: 14.3 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2251.89 ug; Sód: 3058.6 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.93 g; Sacharoza: 54.93 g; Cholesterol: 661.24 mg; Procent energii z białka: 21.46 %; Procent energii z tłuszczu: 27.96 %; Procent energii z węglowodanów: 46.67 %;</p>    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

## Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-02-06                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b> ),<br>Pomidor(50g)(VII-X) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Kiełbasa szynkowa (30g) , Roszponka (7g) ,                                                                                                | Zupa królewska z makaronem zacierką(400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ),<br>Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) ,<br>Sos ziołowy (80ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b> ), Ziemniaki (220g) ,<br>Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Banan (1/2 szt.-100g) ,                                  | Herbata bez cukru(200ml) , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ), Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE,</b> ),<br>Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),                                                                                                                    |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2378.02 kcal; Białko ogółem: 122.6 g; białko zwierzęce: 86.44 g; Tłuszcz: 81.94 g; Węglowodany ogółem: 309.08 g; Błonnik pokarmowy: 28.74 g; Wapń: 846.12 mg; Żelazo: 13.74 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2168.57 ug; Sód: 2183.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.78 g; Sacharoza: 38.91 g; Cholesterol: 583 mg; Procent energii z białka: 19.93 %; Procent energii z tłuszczu: 28.94 %; Procent energii z węglowodanów: 46.11 %;     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| wtorek 2024-02-06                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b> ),<br>Pomidor(50g)(VII-X) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Kiełbasa szynkowa (30g) , Roszponka (7g) ,                                                                                  | Zupa kapuśniak z ziemniakami i pietruszką nać(400ml) ( <b>SEL,</b> ),<br>Gulasz węgierski z łopatką wieprzową ( 80ml/50g ) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Kluski śląskie(300g) ( <b>GLU, JAJ,</b> ),<br>Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) ,<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Banan (1/2 szt.-100g) ,                                | Herbata bez cukru(200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt owocowy (150g) ( <b>GLU, MLE,</b> ),<br>Herbatniki Petitki/BB (1szt.-16g) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),                                                         |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2765.72 kcal; Białko ogółem: 116.95 g; białko zwierzęce: 79.82 g; Tłuszcz: 100.34 g; Węglowodany ogółem: 382.51 g; Błonnik pokarmowy: 38.63 g; Wapń: 883.94 mg; Żelazo: 17.2 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2422.47 ug; Sód: 2196.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.72 g; Sacharoza: 39.31 g; Cholesterol: 575.7 mg; Procent energii z białka: 1.2 %; Procent energii z tłuszczu: .69 %; Procent energii z węglowodanów: 19.82 %;      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| wtorek 2024-02-06                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b> ),<br>Pomidor(50g)(VII-X) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Kiełbasa szynkowa (30g) , Roszponka (7g) ,                                                                        | Zupa królewska z makaronem zacierką(400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ),<br>Ryba miruna z pieca{roladka}(70g) ,<br>Sos ziołowy (80ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b> ),<br>Ziemniaki (220g) ,<br>Sałatka z buraczków i jabłka na winno(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kisiel z truskawkami mrożonymi bez cukru(150ml/20g) , | Herbata bez cukru(200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Udo z kurczaka gotowane w jarzynach(200g/100g) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kanapka z szynką z indyka(1szt.70g) ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ),<br>Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka(1szt.-55g) ( <b>GLU, SEL,</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2357.03 kcal; Białko ogółem: 127.47 g; białko zwierzęce: 87.39 g; Tłuszcz: 81.48 g; Węglowodany ogółem: 309.29 g; Błonnik pokarmowy: 38.31 g; Wapń: 634.68 mg; Żelazo: 16.24 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2321.61 ug; Sód: 2394.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.41 g; Sacharoza: 32.72 g; Cholesterol: 599.55 mg; Procent energii z białka: 20.77 %; Procent energii z tłuszczu: 28.91 %; Procent energii z węglowodanów: 44.35 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych z pododz. Hepatologicznym A                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <div> <div>środa 2024-02-07</div> <div>Jadłospis dla diety: Podstawowa</div> </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Szynka konserwowa (50g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Pasztet drobiowy (40g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b>), Ogórek świeży (II) (50g) ,</p>                              | <p>Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL,</b>), Pierogi jarskie (530g-8 szt.) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b>), Cebula duszona (20g) , Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą(150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kiwi(1szt.-80g) ,</p>                                                                  | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Sałatka z kaszy jaglanej,jaja,kukurydzy,zielonego groszku,papryki czerwonej i majonezu(220g) ( <b>JAJ, MLE,</b>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z kurczaka (50g) , Roszponka (7g) ,</p>                                      |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2577.98 kcal; Białko ogółem: 109.74 g; białko zwierzęce: 55.37 g; Tłuszcz: 75.1 g; Węglowodany ogółem: 396.09 g; Błonnik pokarmowy: 34.77 g; Wapń: 803.59 mg; Żelazo: 16.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2480.06 ug; Sód: 2762.82 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31 g; Sacharoza: 10.09 g; Cholesterol: 446.04 mg; Procent energii z białka: .37 %; Procent energii z tłuszczu: .3 %; Procent energii z węglowodanów: 1.46 %;</p>         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <div> <div>środa 2024-02-07</div> <div>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</div> </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Mozzarella (30g) ( <b>MLE,</b>), Powidła śliwkowe(40g) ,</p>                                                                        | <p>Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać ( bez śmietany i bez cebuli )(400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos pomidorowy z oregano(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kiwi(1szt.-80g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z majonezem z mleka w proszku (200g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Roszponka (7g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Mus owocowy w tubce ,</p>                                                                                                                                           |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2318.15 kcal; Białko ogółem: 94.34 g; białko zwierzęce: 53.14 g; Tłuszcz: 68.42 g; Węglowodany ogółem: 348.75 g; Błonnik pokarmowy: 30.73 g; Wapń: 989.62 mg; Żelazo: 12.68 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1968.9 ug; Sód: 1937.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.12 g; Sacharoza: 39.62 g; Cholesterol: 419.67 mg; Procent energii z białka: 13.77 %; Procent energii z tłuszczu: 23.04 %; Procent energii z węglowodanów: 52.66 %;</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <div> <div>środa 2024-02-07</div> <div>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca)</div> </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b>), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b>), Sałata zielona II (10g) ,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b>), Mozzarella (30g) ( <b>MLE,</b>), Mus z dyni z cynamonem b/c (50g) ,</p>                                         | <p>Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać ( bez śmietany i bez cebuli )(400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b>), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) ( <b>GLU, JAJ,</b>), Sos pomidorowy z oregano(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b>), Ziemniaki (220g) , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) , Kompot z owoców (200ml) ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>Kiwi(1szt.-80g) ,</p> | <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b>), Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b>), Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b>), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b>), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z majonezem z mleka w proszku (200g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b>), Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b>), Roszponka (7g) ,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>Mus owocowy w tubce , Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka(1szt.-55g) ( <b>GLU, SEL,</b>),</p> |



## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2210.4 kcal; Białko ogółem: 98.81 g; białko zwierzęce: 56.03 g; Tłuszcz: 66.97 g; Węglowodany ogółem: 330.8 g; Błonnik pokarmowy: 40.67 g; Wapń: 1010.12 mg; Żelazo: 14.35 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2536.19 ug; Sód: 1867.3 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.26 g; Sacharoza: 24.81 g; Cholesterol: 433.65 mg; Procent energii z białka: 15.11 %; Procent energii z tłuszczu: 23.5 %; Procent energii z węglowodanów: 49.56 %;      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>środa 2024-02-07</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (wątrobową)</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b> ), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Sałata zielona II (10g) ,<br><br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ), Pasta z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką(60g) , Mus z dyni z cynamonem b/c (50g) ,                                                                                                                | Zupa ziemniaczana (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) ( <b>GLU, JAJ,</b> ), Sos pomidorowy z oregano(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Ziemniaki (220g) , Surówka z selera i marchwi na winno (150g) ( <b>SEL,</b> ), Kompot z owoców (200ml) ,<br><br><b>Podwieczorek:</b><br>Mus z kiwi gotowanego (80g) ,                                            | Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b> ), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Pasta z białka jaja z jogurtem naturalnym (45g) ( <b>JAJ,</b> ), Roszponka (7g) ,<br><br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy w tubce ,                                                                                                     |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2053.19 kcal; Białko ogółem: 103.1 g; białko zwierzęce: 60.55 g; Tłuszcz: 41.43 g; Węglowodany ogółem: 347.08 g; Błonnik pokarmowy: 37.88 g; Wapń: 842.98 mg; Żelazo: 13.65 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2537.11 ug; Sód: 2156.74 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.4 g; Sacharoza: 30.03 g; Cholesterol: 237.57 mg; Procent energii z białka: 19.4 %; Procent energii z tłuszczu: 17.48 %; Procent energii z węglowodanów: 58.51 %;     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>środa 2024-02-07</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna o zmienionej konsystencji papkowata + zupa przetarta</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Herbata (200ml) , Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Dżem (25g) op ,<br><br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Mozarella (30g) ( <b>MLE,</b> ), Mus z dyni z cynamonem b/c (50g) ,                                                           | Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać ( bez śmietany i bez cebuli )(400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ), Kompot z owoców (200ml) , Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) ( <b>GLU, JAJ,</b> ), Sos pomidorowy z oregano(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Ziemniaki (220g) , Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) ,<br><br><b>Podwieczorek:</b><br>Mus z kiwi gotowanego (80g) , | Zupa mleczna z kaszą manna(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Chleb tostowy (2 kromki)(80g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z majonezem z mleka w proszku (200g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), Pasta z jaja z koperkiem i jog. nat. (55g) ( <b>JAJ, MLE,</b> ),<br><br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy w tubce , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2513.13 kcal; Białko ogółem: 103.48 g; białko zwierzęce: 60.99 g; Tłuszcz: 76.58 g; Węglowodany ogółem: 372.11 g; Błonnik pokarmowy: 33.17 g; Wapń: 1338.93 mg; Żelazo: 12.74 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2299.78 ug; Sód: 2007.52 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.52 g; Sacharoza: 40.54 g; Cholesterol: 450.57 mg; Procent energii z białka: 14.55 %; Procent energii z tłuszczu: 24.27 %; Procent energii z węglowodanów: 54.23 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>środa 2024-02-07</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Po usunięciu migdałków</b></span>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi(400ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ), Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Sałata zielona II (10g) ,<br><br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ), Pasta z mięsa kurczaka z zieloną pietruszką(40g) , Mus z dyni z cynamonem b/c (50g) ,                                         | Zupa ziemniaczana (400ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ), Kompot z owoców (200ml) , Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) ( <b>GLU, JAJ,</b> ), Sos ziołowy (80ml) ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b> ), Ziemniaki (220g) , Sałatka z selera i marchewki blanszowana z olejem (150g) ( <b>SEL,</b> ),<br><br><b>Podwieczorek:</b><br>Budyń słodzony (150ml) ( <b>MLE,</b> ),            | Kawa zbożowa z mlekiem (200ml) ( <b>GLU, MLE,</b> ), Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b> ), Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ), Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ), Pasta z białka jaja z jogurtem naturalnym (45g) ( <b>JAJ,</b> ), Roszponka (7g) ,<br><br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy w tubce ,                                                                 |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2450.07 kcal; Białko ogółem: 102.42 g; białko zwierzęce: 61.1 g; Tłuszcz: 75.38 g; Węglowodany ogółem: 370.14 g; Błonnik pokarmowy: 36.37 g; Wapń: 988.43 mg; Żelazo: 13.3 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3267.61 ug; Sód: 2202.04 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.88 g; Sacharoza: 51.32 g; Cholesterol: 313.32 mg; Procent energii z białka: 16.09 %; Procent energii z tłuszczu: 26.95 %; Procent energii z węglowodanów: 53.08 %;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-02-07                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka pszenna (60g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ),<br>Sałata zielona II (10g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb tostowy (1 kromka)(40g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Mozarella (30g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Powidła śliwkowe(40g) ,                                                                | Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać ( bez śmietany i bez cebuli )(400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ),<br>Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) ( <b>GLU, JAJ,</b> ),<br>Sos pomidorowy z oregano(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Ziemniaki (220g) ,<br>Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) ,<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kiwi(1szt.-80g) , | Herbata bez cukru(200ml) , Chleb tostowy (3 kromki)(120g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z majonezem z mleka w proszku (200g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ),<br>Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b> ),<br>Roszponka (7g) ,<br><b>Posilek nocny:</b><br>Mus owocowy w tubce ,                                                                                                                     |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2156.51 kcal; Białko ogółem: 89.69 g; białko zwierzęce: 52.06 g; Tłuszcz: 63.2 g; Węglowodany ogółem: 321.23 g; Błonnik pokarmowy: 28.66 g; Wapń: 897.14 mg; Żelazo: 11.37 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1926.06 ug; Sód: 1921.4 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.36 g; Sacharoza: 41.15 g; Cholesterol: 394.83 mg; Procent energii z białka: 13.94 %; Procent energii z tłuszczu: 22.04 %; Procent energii z węglowodanów: 52.84 %;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| środa 2024-02-07                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Jadłospis dla diety: Podstawowa bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata (200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Szynka konserwowa (50g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ),<br>Sałata zielona II (10g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Paszтет drobiowy (40g) ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ),<br>Ogórek świeży (II) (50g) ,                     | Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać (400ml) ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL,</b> ),<br>Pierogi jarskie (530g-8 szt.) ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),<br>Cebula duszona (20g) ,<br>Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą(150g) ,<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kiwi(1szt.-80g) ,                                                                      | Herbata bez cukru(200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Sałatka z kaszy jaglanej,jaja,kukurydzy,zielonego groszku,papryki czerwonej i majonezu(220g) ( <b>JAJ, MLE,</b> ),<br><b>Posilek nocny:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Szynka z kurczaka (50g) ,<br>Roszponka (7g) ,        |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2416.34 kcal; Białko ogółem: 105.09 g; białko zwierzęce: 54.29 g; Tłuszcz: 69.88 g; Węglowodany ogółem: 368.57 g; Błonnik pokarmowy: 32.7 g; Wapń: 711.11 mg; Żelazo: 15.67 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2437.22 ug; Sód: 2746.3 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.24 g; Sacharoza: 11.62 g; Cholesterol: 421.2 mg; Procent energii z białka: 16.57 %; Procent energii z tłuszczu: 24.01 %; Procent energii z węglowodanów: 54.29 %;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| środa 2024-02-07                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzyca) bez mleka                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Jogurt naturalny ( 3% tł.)(180g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Herbata bez cukru(200ml) , Bułka grahamka ( 60g ) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (10g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Szynka z indyka (50g) ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ),<br>Sałata zielona II (10g) ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (5g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Mozarella (30g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Mus z dyni z cynamonem b/c (50g) ,                                 | Zupa pieczarkowa z makaronem i pietruszką nać ( bez śmietany i bez cebuli )(400ml) ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ),<br>Pulpet z mięsa indyka - udziec(60g) ( <b>GLU, JAJ,</b> ),<br>Sos pomidorowy z oregano(80ml) ( <b>GLU, SEL,</b> ),<br>Ziemniaki (220g) ,<br>Sałatka z mieszanki królewskiej (150g) ,<br>Kompot z owoców (200ml) ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kiwi(1szt.-80g) , | Herbata bez cukru(200ml) , Chleb pszenno - żytni (1 kromka)(35g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Chleb graham (1 kromka)(50g) ( <b>GLU,</b> ),<br>Masło ekstra (15g) ( <b>MLE,</b> ),<br>Sałatka jarzynowa z szynką z kurczaka z olejem (200g) ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ),<br>Jajo gotowane na miękko (55g) ( <b>JAJ,</b> ),<br>Roszponka (7g) ,<br><b>Posilek nocny:</b><br>Mus owocowy w tubce ,<br>Kanapka z pastą mięsno-jarzynową z mięsa kurczaka(1szt.-55g) ( <b>GLU, SEL,</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia kcal: 2022.99 kcal; Białko ogółem: 93.45 g; białko zwierzęce: 54.27 g; Tłuszcz: 59.65 g; Węglowodany ogółem: 302.21 g; Błonnik pokarmowy: 38.59 g; Wapń: 890.65 mg; Żelazo: 13.01 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2488.37 ug; Sód: 1841.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.04 g; Sacharoza: 26.34 g; Cholesterol: 406.08 mg; Procent energii z białka: 15.43 %; Procent energii z tłuszczu: 21.82 %; Procent energii z węglowodanów: 49.86 %; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

## **Oznaczenia alergenów:**

|            |                                |
|------------|--------------------------------|
| <i>GLU</i> | - Zboża zawierające gluten,    |
| <i>SKO</i> | - Skorupiaki i pochodne,       |
| <i>JAJ</i> | - Jaja i pochodne,             |
| <i>RYB</i> | - Ryby i pochodne,             |
| <i>OZ</i>  | - Orzeszki ziemne i pochodne,  |
| <i>SOJ</i> | - Soja i pochodne,             |
| <i>MLE</i> | - Mleko i pochodne,            |
| <i>ORZ</i> | - Orzechy,                     |
| <i>SEL</i> | - Seler i pochodne,            |
| <i>GOR</i> | - Gorczyca i pochodne,         |
| <i>SEZ</i> | - Nasiona sezamu i pochodne,   |
| <i>SO2</i> | - Dwutlenek siarki, siarczyny, |
| <i>ŁUB</i> | - Łubin i pochodne,            |
| <i>MIĘ</i> | - Mięczaki i pochodne,         |